

FACTORES PSICOSOCIALES ASOCIADOS A LA RESILIENCIA EN MADRES  
CABEZA DE FAMILIA RESIDENTES DEL BARRIO CIUDADELA  
COMFENALCO ETAPA TRES DE LA CIUDAD DE IBAGUÉ.

Por

Laura Gutiérrez campos

Cod. 1.110.529.717

Lucy Fernanda Barrios

Cod, 1.110.535.274

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de ciencias sociales artes y humanidades

Programa de psicología

Ibagué Tolima

2017-2

FACTORES PSICOSOCIALES ASOCIADOS A LA RESILIENCIA EN MADRES  
CABEZA DE FAMILIA RESIDENTES DEL BARRIO CIUDADELA  
COMFENALCO ETAPA TRES DE LA CIUDAD DE IBAGUÉ.

Por

Laura Gutiérrez campos

Cod. 1.110.529.717

Lucy Fernanda Barrios

Cod, 1.110.535.274

Proyecto de investigación como poción de grado

Liliana Sánchez

Directora Trabajo De Grado

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de ciencias sociales artes y humanidades

Programa de psicología

Ibagué Tolima

2017-2



Nota de aceptación

---

---

---

---

Firma del jurado

---

Firma del jurado

---

Firma del jurado

Ibagué, 25 de octubre 2017

## **Dedicatoria**

Este trabajo está dedicado a las madres  
cabeza de familia, que participaron de  
manera voluntaria en el  
proyecto, permitiendo a través  
de sus experiencias, construir  
conocimiento en el  
tema de la resiliencia.

## **Agradecimientos**

Este proyecto de investigación es el resultado de un trabajo académico arduo, no solo de sus autoras, sino del apoyo de otras personas para lograr los objetivos planteados. De esta manera las autoras expresan sus más sinceros agradecimientos.

A Dios por darnos sabiduría, paciencia y conocimiento para la construcción y desarrollo y ejecución del trabajo de investigación.

A nuestra familia por el aliento frente al esfuerzo, motivación y el apoyo en momentos de inseguridad y duda.

A la Doctora Liliana Sánchez, un agradecimiento especial por la dedicación de manera desinteresada, nos acompañó y orientó en la ejecución del trabajo desarrollado, enseñándonos día a día a ser unas profesionales integrales.

## **Tabla de contenido**

<b>Resumen</b>	9
<b>Introducción</b>	11
<b>Descripción del problema</b>	12
<b>Planteamiento del problema</b>	12
<b>Justificación</b>	15
<b>Objetivos</b>	16
<b>Referente teórico</b>	17
<b>Resiliencia</b>	17
<b>Factores psicosociales</b>	23
<b>Estrategias de afrontamiento y su relación con la resiliencia.</b>	28
<b>Madres cabeza de familia</b>	29
<b>Metodología.</b>	31
<b>Enfoque</b>	31
<b>Tipo de investigación</b>	31
<b>Población</b>	32
<b>Muestreo</b>	32
<b>Instrumentos</b>	33
<b>Cronograma de actividades</b>	35
<b>Análisis de resultados</b>	37
<b>Análisis de la entrevista semiestructurada</b>	37
<b>Calificación de la Escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER)</b>	49
<b>Calificación de la escala de Coping modificada (EEC-M)</b>	53
<b>Conclusiones y recomendaciones</b>	61
<b>Referencias</b>	63
<b>Anexos</b>	66

## **Lista de tablas**

<b>Tabla 1. Caracterización de la población</b>	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
<b>Tabla 2. Cronograma de actividades</b>	<b>36</b>
<b>Tabla 3. Análisis del área personal en las madres cabeza de familia</b>	<b>37</b>
<b>Tabla 4. Análisis del área familiar en la madres cabeza de familia</b>	<b>42</b>
<b>Tabla 5. Análisis del área familiar en las madres cabeza de familia</b>	<b>45</b>
<b>Tabla 6. Calificación de la escala de resiliencia.</b>	<b>49</b>
<b>Tabla 7. Puntuación, factor de satisfacción personal</b>	<b>50</b>
<b>Tabla 8. Puntuación, factor de ecuanimidad.</b>	<b>51</b>
<b>Tabla 9. Puntuación, factor sentirse bien solo.</b>	<b>51</b>
<b>Tabla 10. Puntuación, factor confianza en sí mismo</b>	<b>52</b>
<b>Tabla 11. Puntuación, factor perseverancia.</b>	<b>52</b>
<b>Tabla 12. Resultados del inventario de estrategias de afrontamiento.</b>	<b>53</b>



## **Resumen**

Este artículo tiene como objetivo identificar los factores psicosociales asociados a la resiliencia en madres cabezas de familia residentes del barrio Ciudadela Comfenalco etapa tres de la ciudad de Ibagué. La investigación fue de tipo descriptivo con enfoque cualitativo, para una muestra de 10 mujeres, madres cabeza de familia. Entre los instrumentos y técnicas de recolección que se usaron se encuentra: la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M), entrevista semiestructurada, la escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER). Se encontró que los principales factores psicosociales asociados a la resiliencia en la población estudiada fueron: una familia con vínculos fuertes, un entorno social favorable como amigos y jefes entre otros, además de una espiritualidad activa y marcada. Es así como cada uno de estos factores son fundamentales en los procesos de las participantes. Como se evidencia en la revisión bibliográfica.

Se pudo establecer que las madres cabeza de familia tienen la capacidad de hacer de las adversidades la fuerza que las motive, a través de sus hijos y los logros alcanzados por ellos, queriendo en todo momento el bienestar de sus familias.

**Palabras clave:** Resiliencia, Factores Psicosociales, Madres Cabeza de Familia.

## **Abstract**

This article aims to identify the psychosocial factors associated with the resilience in mothers heads of household neighborhood residents Ciudadela Comfenalco stage three in the city of Ibagué.

The investigation was descriptive type with qualitative approach, for a sample of ten mothers head of household. Among the instruments and techniques of collection that were used is found: The Modified Coping Strategies Scale (SSC-M), semi-structured interview, Wagnild and Young's resilience scale (SR). It was found that the main psychosocial factors associated with resilience in the study population were: A family with strong ties, a favorable social environment like friends and bosses among others, in addition to an active and marked spirituality. This is how each of these factors marks a strong pillar in the processes of the participants. As evidenced in the literature review.

It was possible to establish that mothers head of household have the ability to make adversities the force that motivates them, through their children and the achievements made by them, wanting at all times the well-being of themselves and their families.

**keywords:** Resilience, Psychosocial Factors, Mothers Head of Family.

## **Introducción**

El presente proyecto de investigación identificó los factores psicosociales que inciden en la habilidad resiliente de las madres cabeza de familia, teniendo en cuenta que la resiliencia es la capacidad de sobreponerse a la adversidad y que dicha característica es un proceso dinámico, donde interactúa el ambiente psicosocial en el que se desarrolla el sujeto y las habilidades personales e internas que éste posee, para hacer frente a las situaciones que generan estrés e inestabilidad.

En los últimos años se ha hecho evidente el interés por estudiar y conocer por qué las personas desarrollan esta habilidad y como nace y se desarrolla, si es de carácter innato o adquirido, si es permanente o es de acuerdo con la situación, mediada por la experiencia y el aprendizaje.

Entre los instrumentos y técnicas de recolección para alcanzar los objetivos propuestos en el estudio se emplearon.

La Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M) validada en colombiana, entrevista semiestructurada, la escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER). Estas técnicas son de tipo cualitativo, y permiten obtener información sobre los factores psicosociales asociados a la resiliencia de la población objeto de estudio, además de identificar y explorar las características personales de las madres cabeza de familia.

Ahora bien, teniendo en cuenta las experiencias adversas por las que las participantes de la muestra han pasado, como es la muerte de su cónyuge, desventajas socioeconómicas y abandono de pareja entre otros. Cada una de estas situaciones genera sentimientos de angustia, estrés, depresión y temor donde fácilmente se pueden adoptar diversas estrategias de afrontamiento algunas negativas y quedarse en la situación de fragilidad o por el contrario generar una oportunidad para desarrollar una personalidad

resiliente como es la iniciativa, la introspección continua, la independencia entre otros. Logrando así superar y hacer frente a las anteriormente descritas situaciones de vulnerabilidad.

## **Descripción del problema**

### **Planteamiento del problema**

El siguiente ejercicio se enfocó en identificar los factores psicosociales asociados a la resiliencia en las madres cabeza de familia residentes del barrio ciudadela Comfenalco etapa tres de la ciudad de Ibagué.

Para dar inicio, la familia tradicionalmente es el primer sistema social al que los individuos pertenecen, donde se evidencian etapas de desarrollo de los miembros de la misma y se determina un rol para cada uno, es allí donde las personas adquieren las normas y reglas que les aportara en el comportamiento social.

Así mismo es conveniente reconocer que este significativo sistema ha pasado por diferentes procesos de transición en los que en algunos casos la madre toma un papel diferente al que se ha enseñado tradicional y culturalmente. Dicho rol es conocido como madre cabeza de familia, dicha condición trae consigo la responsabilidad absoluta en las áreas, económica, social, emocional, donde ellas deben realizar esfuerzos superiores para poder obtener los logros esperados y desempeñar su rol a cabalidad. En muchos de los casos se han encontrado un sin número de dificultades propias del ambiente psicosocial en el que interactúan, como la violencia, el desplazamiento, la pobreza entre otros.

Partiendo del punto anterior es relevante reconocer el estado de vulnerabilidad de dicha población, ya que el esfuerzo a nivel económico, físico y psicológico que deben realizar para seguir adelante con su hogar, es notablemente mayor. La UNICEF plantea que las mujeres jefas de familia y sus hogares constituyen sin duda un grupo social y económicamente vulnerable que ha permanecido en crecimiento durante las últimas décadas tanto en los países industrializados como en los de menor desarrollo relativo.

Por lo tanto, la madre debe desarrollar habilidades específicas para poder sobreponerse de los sucesos causantes de su condición, lograr mirar por encima del rechazo que tal vez puedan llegar a sentir, y el temor de llegar a fallar. Dentro de este paquete de habilidades se encuentra la resiliencia definida como la capacidad que tienen las personas para sobreponerse a situaciones adversas o estresantes, superarlas y lograr el desarrollo integral. Son muchos los autores que sobre el tema han conceptualizado, sin embargo, en este trabajo se traen a colación los conceptos de resiliencia más relevantes para el objeto de investigación, como los suministrados por Cyrulnik, Oriol-Bosch, Santa Cruz y García, Grotberg, entre otros.

Para poner en contexto el crecimiento de esta población en Colombia según cifras del DANE actualmente 24.953.862 de la población son mujeres, de las cuales el 56 %son madres cabeza de familia. Se estima en los datos obtenidos en la Encuesta longitudinal colombiana (Elca), de la Universidad de los Andes, que consultó cerca de 10.000 hogares del país, que el incremento en esta población ha sido de cuatro puntos porcentuales en los últimos cinco años, donde las mujeres cabeza de hogar en ciudades pasaron del 35 al 39 por ciento, entre el 2010 y el 2016.

En cuanto al desarrollo de la investigación para conocer las características del ambiente psicosocial que inciden en la capacidad resiliente de esta población se indagó en las áreas, familiar, social, espiritual, laboral y experiencias propias del rol, identificando además el nivel de resiliencia en las madres participantes, teniendo en cuenta las estrategias de afrontamiento que ponen en marcha a la hora asumir las adversidades presentadas en su rol.

Por lo tanto, se planteó la siguiente pregunta problema a la que se dio respuesta con esta investigación:

¿Cuáles son los factores psicosociales asociados a la resiliencia en las madres cabezas de familia residentes del barrio ciudadela Comfenalco etapa tres de la ciudad de Ibagué?

## **Justificación**

Desde el presente proyecto se logró entender el papel de los factores psicosociales y su impacto en el desarrollo de la de las madres cabeza de familia, transformándose en un ejercicio que genere aportes a nivel disciplinar, comunitario e institucional.

Cabe destacar el papel trascendental de la resiliencia en las madres cabeza de familia y en todo ser humano, la importancia de generar miradas científicas y más profundas de estos procesos que aportan e inspiran, ya que la misma genera el fortalecimiento de la autonomía e independencia, lo que propicia que las madres puedan desempeñar de manera óptima su rol de cabeza de familia, liderando sus familias e hijos, transmitiendo así mismo la fortaleza y la capacidad de seguir adelante y a aprender de las dificultades.

Es por esto que se optó por estudiar este fenómeno y de esta forma aportar.

- A nivel disciplinar este ejercicio académico generó una mirada científica del papel de la resiliencia en la vida de la población en estudio, adicionalmente se generó material académico y apoyo para futuros proyectos profundizando así en el aporte que realiza la resiliencia a la salud comunitaria.
- A nivel comunitario las madres obtuvieron herramientas conceptuales y prácticas para reconocer cuando requieran de refuerzo en sus habilidades resilientes, junto con esto, este ejercicio reforzara la importancia de la constancia y fortaleza que se requiere para asumir el rol de madre cabeza de familia.
- Adicionalmente, a nivel institucional se pretende motivar a la comunidad estudiantil para el desarrollo de procesos investigativos y de intervención

desarrollando diferentes competencias profesionales. Esto siguiendo la misión de la universidad, donde resalta la proyección comunitaria, social y la inclusión.

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

Identificar los factores psicosociales asociados a la resiliencia en madres cabezas de familia residentes del barrio Ciudadela Comfenalco etapa tres de la ciudad de Ibagué.

### **Objetivos específicos**

- Definir las características relevantes del entorno familiar, social, y laboral, en la población objeto de estudio.
- Describir el nivel de resiliencia en las madres cabeza de familia, residentes del barrio Ciudadela Comfenalco etapa tres de la ciudad de Ibagué.
- Identificar estrategias de afrontamiento prevalentes en las madres cabeza de familia.



## **Referente teórico**

La habilidad de sobre ponerse a las dificultades y vivir el aquí y el ahora, sacar provecho de una situación difícil es entendida como resiliencia, también ha sido evidente que no todas las personas salen ilesas, desencadenando algún tipo de estrés psicológico o en el peor de los casos patologías más severas. Pero es necesario apoyarse en autores que han trabajado en el tema para encontrar una contextualización teórica y entender de qué se trata la resiliencia, su trascendencia en el sujeto y la influencia del medio.

### **Resiliencia**

La resiliencia ha sido estudiada en diferentes escenarios como un constructo psicológico que tienen relación con la salud mental el cual es objeto de estudio en varios grupos con características particulares, como niños mujeres víctimas de violencia, desplazados, exmilitares, entre otros. Que los hacen predisponentes a desarrollar algún estrés psicológico. El estudio se centra en comprender por qué este grupo de personas logran sobreponerse a cada una de las adversidades y salir fortalecidos, generando un aprendizaje de las situaciones que se le presentaron, dando paso a una personalidad resiliente o caso contrario no logren recobra la fuerza y continuar o re direccionar sus proyectos de vida.

En este sentido (Luthar, Cicchetti & Becker, 2000). Citados por Athié Díaz, D A; Gallegos Orozco, P; (2009). Señalan a la resiliencia como un proceso dinámico que abarca la adaptación positiva dentro del contexto de adversidad significativa. Dando otra definición Amar, J. J., Utria, L. M., Abello, R., Martínez, M. B. & Crespo, F. A. (2014). *“se puede decir que se refiere a la capacidad de la persona para mantener un funcionamiento efectivo frente a las adversidades del entorno o para recuperarlo en otras condiciones”*.

De acuerdo con (Esteban Gómez, 2010) Citando a (Luthar et al. 2000; Masten & Obradovic, 2006) explica el concepto de resiliencia tanto a nivel individual y familiar, se concibe como una fuerza que se opone a la devastación potencial de la adversidad: no es posible hablar de resiliencia en ausencia de condiciones de dificultad con alta probabilidad de generar resultados negativos en el sujeto o grupo. La adversidad es entonces el germen de la resiliencia, el dolor es la semilla de la superación y los obstáculos son el incentivo al esfuerzo sostenido hacia una meta que caracteriza a las personas y familias resilientes (Cyrułnik, 2003). La resiliencia, ya sea vista individual o familiar, no es una cualidad estática, un rasgo o característica inmutable, sino que es un proceso dinámico y cambiante que se manifiesta frente a ciertas exigencias, mientras que puede no observarse en otros momentos (Kalawski & Haz, 2003).

El interés de estudiar y profundizar en el tema de la resiliencia en el campo psicológico surgió a partir de conocer, porque los sujetos se sobreponían a las dificultades y como resultado se fortalecían, situaciones que en el común de las personas las destruían, para (Oriol-Bosch, 2012) “Los mecanismos para hacer frente con éxito a los contratiempos y las adversidades se basan en buscar el apoyo social, hacer uso del humor, controlar las emociones, aprender reflexivamente y apoyarse en las creencias morales para conseguir automotivarse”. Por otro lado Estudios empíricos con escolares para mejorar en la confianza y la estabilidad emocional de los alumnos han mostrado que ni la sobreprotección parental ni la evitación de riesgos son de utilidad, en tanto que la exposición a retos, peligro o adversidades a las que se puedan enfrentar si desarrollan resiliencia.

Así mismo Suarez (1996) citado por (Palomar y Gómez, 2010) define la resiliencia como “*combinación de factores que permiten a un ser humano afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, es decir, le permite contender con el*

*estrés de la vida cotidiana y con las situaciones difíciles, sin que necesariamente se refiera a recuperación después de haber experimentado un trauma*”. Esta interpretación nos da una visión de la resiliencia no solo como una característica de la personalidad, nos da una mirada amplia de un fenómeno multifactorial, donde interviene factores personales, cognitivos, emocionales y psicosociales.

Partiendo de las definiciones anteriormente descritas se plantean algunos aspectos que caracterizan a un individuo resiliente.

Varios autores han descrito características que pueden describir el perfil de un individuo con capacidad de resiliencia, tomaremos como referencia la proporcionadas por Santa Cruz y García (2008) citados por (Romero, 2014) que fueron descritos de la siguiente manera.

Capacidad de relacionarse: la habilidad para mantener lazos e intimidad con otras personas para balancear la propia necesidad de afecto con la actitud de darse a otros.

Habilidad social: la conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas 18 conductas en los demás y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

Iniciativa: el gusto de exigirse y de ponerse a prueba en tareas que son cada vez más exigentes.

Humor: encontrar lo cómico dentro de la propia tragedia.

Creatividad: la posibilidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden.

Sentido de vida: la consecuencia de extender el deseo de bienestar a toda la humanidad y la capacidad de comprometerse con los valores.

Introspección: el arte de hacerse preguntas a uno mismo y de darse auto respuestas honestas; es la capacidad de observar y observarse al mismo tiempo.

Independencia: el saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas; es la capacidad de mantener una distancia emocional y física sin caer en el aislamiento.

Del mismo modo existen algunos aspectos que dificultan el desarrollo de dicha habilidad. En el libro Nuevas miradas sobre la resiliencia (Maradiaga, 2014) mencionan los Factores que impiden la resiliencia según Michael tousignol.

El aislamiento, no se logra un proceso de resiliencia cuando las personas están solas ya que es necesario exteriorizar con los demás lo que ha sucedido para hacer una construcción de relatos con los demás y encontrar apoyo, lo que daría paso a la resiliencia. Por otro lado, la vergüenza es un sentimiento que hace que la persona se asile.

Segundo factor la memoria, cuando se atraviesa por una experiencia traumática la memoria guarda esa información en muchas ocasiones por medio de imágenes, pero si se comparte con los demás estos recuerdos se pueden modificar y percibir de otro modo lo que sucedió, y se abre la posibilidad de iniciar un proceso de resiliencia. Otro factor que menciona tousignol es la cultura, ya que ejerce una influencia en la forma como el suceso es aceptado por las creencias culturales y en ocasiones se imposibilita en proceso de resiliencia en los sujetos.

Existen a su vez algunos factores encargados de preservar esta habilidad, llamado factores protectores de la resiliencia, Suarez (2001) en su libro Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas, citado por Romero, (2014) donde describe los factores psicológicos, conductuales que hacen que una persona pueda manejar y tolerar

el estrés y malestar que son consecuentes de una experiencia traumática, situaciones de riesgo o catastrófica en su vida, los cuales se describen de la siguiente manera:

**Autoestima consistente:** la cual es el fruto del cuidado afectivo consecuente del niño o adolescente por un adulto significativo, “suficientemente” bueno y capaz de dar una respuesta sensible.

**Introspección:** es el arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta. Depende de la solidez de la autoestima que se desarrolla a partir del reconocimiento del otro. De allí la posibilidad de cooptación de los jóvenes por grupos de adictos o delincuentes, con el fin de obtener ese reconocimiento.

**Independencia:** se definió como el saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas; la capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento. Depende del principio de realidad que permite juzgar una situación prescindiendo de los deseos del sujeto. Los casos de abusos ponen en juego esta capacidad.

**Capacidad de relacionarse y confianza en otros:** es decir la habilidad para establecer lazos e intimidad con otras personas, para balancear la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a otros. Una autoestima baja o exageradamente alta produce aislamiento, si es baja por autoexclusión vergonzante y si es demasiado alta puede generar rechazo por la soberbia que se supone.

**Iniciativa:** el gusto de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes.

**Humor:** encontrar lo cómico en la propia tragedia permite ahorrarse sentimientos negativos, aunque sea transitoriamente y soportar situaciones adversas.

Creatividad: la capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden. Fruto de la capacidad de reflexión, se desarrolla a partir del juego en la infancia.

Moralidad: entendida esta como la consecuencia para extender el deseo personal de bienestar a todos los semejantes y la capacidad de comprometerse con valores. Es la base del buen trato hacia los otros.

Capacidad de pensamiento crítico: es un pilar de segundo grado, fruto de la combinación de todos los otros y que permite analizar críticamente las causas y responsabilidades de la adversidad que se sufre, cuando es la sociedad en su conjunto la que se enfrenta a la dificultades y se propone modos de enfrentarlas y cambiarla.

Otra característica o variable importante en la resiliencia, es la espiritualidad, comprendida en el campo psicológico y científico *“Como la cualidad que impulsa al ser humano a trascender y a darle un propósito a su existencia, buscando los medios necesarios para lograr estos objetivos mediante una vinculación significativa con Dios (según la concepción que se tenga de él) y/o con los demás, dentro o fuera de las instituciones religiosas”*. (Rodríguez, Fernández, Pereza, Noriega. 2011) La cual favorece al bienestar psicológico del sujeto. En los resultados obtenidos por el estudio de los mismos autores, donde se describió y explico la espiritualidad como variable asociada a la resiliencia, se encontró que la espiritualidad en personas adultas facilita una actitud positiva frente a situaciones de riesgo lo que ayuda a que la persona tenga una estabilidad psicosocial, de igual forma hacen referencia, a que la espiritualidad, fortalece el autoestima, el auto concepto y el sentido de vida, características que se saben son principales en el sujeto resiliente.

En el mismo estudio se encontró que en las mujeres, la espiritualidad ha contribuido a desarrollar capacidad resiliente, en casos de violencia, enfermedad, abuso,

asilamiento social. Dónde fortalece, en casos de depresión, baja autoestima, estrés, favoreciendo la adaptación a las situaciones adversas o los cambios.

Adicionalmente en el estudio anterior se hicieron hallazgos en el ámbito familiar, la relación de espiritualidad y resiliencia, demostró que las familias como grupo que en situaciones donde generan algún tipo de estrés como; la pérdida de un ser querido, problemas económicos, inestabilidad familiar, entre otras. La espiritualidad, les ha permitido transformar estas situaciones adversas y salir fortalecidos de ellas, poniendo en práctica los valores familiares, creencias, que sumado al apoyo familiar desencadenan sentimientos de solidaridad, apoyo mutuo, esperanza y optimismo.

Para terminar, se expone una definición amplia (Romero, 2014) describe la resiliencia como una “Habilidad innata o adquirida que poseemos los seres humanos en la que confluyen capacidades y fortalezas y que gracias a estas podemos lograr cambios positivos individuales y/o grupales. En esencia es la capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a la adversidad y de desarrollar competencia social, académica y vocacional pese a estar expuesto a acontecimientos adversos, al estrés grave o simplemente a las tensiones inherentes al mundo de hoy”. Es transcendental resaltar que la fortaleza, habilidad social y la buena adaptación a los cambios son factores comunes en los que coinciden cada uno de los autores mencionados.

### **Factores psicosociales**

Teniendo claro el concepto de resiliencia es importante reconocer que dicha habilidad se desarrolla en contextos de adversidad. Para ello, se debe tener claro los diferentes factores a los que se expone el ser humano. Entre ellos se encuentran, los factores psicosociales, entendidos como la interacción de características del sujeto y del

medio ambiente en el cual interactúa, el resultado de esta interacción, sumado con la intensidad con la que se presente, puede generar efectos negativos que produzcan, estrés en la integridad biopsicosocial del individuo o por el contrario, tengan un efecto protector. Utilizando definición suministrada por Page (1990), citado por Montero, Villalobos y Valverde (2007) que describe los factores psicosociales como las conexiones que se dan entre la persona y la sociedad, donde se incluyen aspectos como la ansiedad, la autoestima, la motivación, las habilidades sociales que podrían asociarse a la retención y permanencia.

Como ya se ha mencionado anteriormente debido al carácter multifactorial de la resiliencia se deben tener en cuenta otras variables aparte de la personales, que tienen directa relación, (Palomar y Gómez 2010) hacen referencia a el sexo como una variable que influye y toman como ejemplo una investigación de (Fahad & Sandman, 2000), donde se evidenció que en algunas culturas no está bien visto que los hombres muestren sus sentimientos y problemas ya que puede ser un rasgo de debilidad, otra variable que resaltan es el estado civil, sostienen que una persona casada dado a las responsabilidades que lleva en su estilo de vida la hace más fuerte y que al momento de enfrentar cambios estos no les afecten trascendentalmente. También se han encontrado que las variables familiares influyen en la persona como fuente de apoyo, promueven la autoestima y las habilidades sociales como ya se ha mencionado son características de una sujeto resiliente, de igual manera son importantes las variables escolares, en diversos estudios se ha encontrado que el cuerpo docente y su forma de dar las clases de manera flexible y el uso de incentivos y el ambiente social de las escuelas, lo que contribuye al desarrollo de habilidades sociales.

Teniendo en cuenta lo anterior que no solo los factores individuales e internos de una persona hacen de esta resiliente, también la interacción de aquellos factores



ambientales y del contexto que rodea a las personas, dichas características las encontramos en un modelo denominado Tríadico diseñado por Grotberg, E. (1996), donde describe en categorías la interacción entre el individuo, la familia, en entorno comunitario, cultural, dichas categorías se describen a continuación:

“Tengo” que se refiere a las personas con la que se cuenta y proporciona confianza, las cuales sirven como modelo regulador a su conducta y le enseñan y ayudan cuando se le presentan inconvenientes.

“Soy o estoy” es el valor y la aceptación que tienen los demás por el propio ser y que se sienta que las demás personas tienen afecto y aprecio, siente satisfacción cuando hacen algo por el otro, se muestra responsable de sus actos y respetuoso de los demás.

“Puedo” tiene que ver con la regulación emocional, donde la persona es capaz de hablar de lo que siente, de sus conflictos de forma asertiva y en el momento adecuado que van ligados con el autocontrol y la solución de problemas, buscando alternativas y personas que contribuyan a la solución de éstos.

Ahora tomando los resultados de una investigación realizada por Garnezy (Garnezy, 1985; Masten y Garnezy, 1985). Donde se concluyó sobre tres grupos de variables que trabajan como factores protectores en el sujeto.

- Características personales como autonomía, autoestima y una orientación social positiva.
- Cohesión, calor y una ausencia de discordia familiar.
- La disponibilidad de sistemas externos de apoyo que alientan y refuerzan los esfuerzos del niño para manejar una situación.

Así mismo en la perspectiva de Saavedra (2005) citado por Utria, Amar, Martínez, Colmenares y Romero (2015) describe los factores psicosociales que se asocian la resiliencia como la presencia de un ambiente familiar agradable, donde las

madres brinden un apoyo a los hijos, la existencia de una comunicación abierta, la estructura de la familia sea estable y la presencia de buenas relaciones con los pares.

Igualmente, el estudio de los factores y características psicosociales que se asocian a la resiliencia, se ha centrado en infantes que han crecido en ambientes desfavorables donde se han identificado una variada gama de características propias del ambiente psicológico y social que hacen que puedan hacer frente a situaciones de vulnerabilidad. Esto de acuerdo con lo encontrado en las investigaciones adelantadas por Fergusson y Lynskey (1996) citado por Kotliarenko Ph.D., Caceres, Fontecilla (1997), donde se mencionan:

La inteligencia y la habilidad de resolución de problemas: donde los autores mencionan que una adecuada capacidad intelectual igual o por encima del promedio actúa como factor protector.

El género: se ha considerado que el género femenino desarrolla mayor capacidad de afrontamiento ya que en estudios desarrollados por Rutter (1990) se ha observado una mayor vulnerabilidad en los hombres, esto mediado por condiciones culturales, sociales y personales.

Desarrollo de intereses y vínculos afectivos externos: la incidencia de personas externas a la familia favorece al comportamiento resiliente.

Apego parental: estudios han demostrado que la presencia de una relación cálida, estable, positiva que demuestre apoyo, aunque no necesariamente presente en todo momento, con al menos uno de los padres, protege o mitiga los efectos negativos de situaciones adversas.

Temperamento y conducta: investigaciones con adolescentes han observado que aquellos que actualmente presentaban características resilientes, habían sido catalogados como niños felices y de buen temperamento durante su infancia.

Relación con pares: los autores replican lo observado por Werner en el estudio con niños en Kauai, señalando que los niños resilientes se caracterizaron por tener una relación de mejor calidad con sus pares que los niños no resilientes.

En este mismo sentido y de acuerdo con descrito por Amar, Kotliarenko y Abello (2004) en una investigación con niños víctimas activas y pasivas de violencia intrafamiliar, se encontró que estos niños resilientes cuentan con factores y características que protegen de la adversidad, permitiendo un desarrollo y una adaptabilidad psicosocial efectiva, estos factores se agruparon en cuatro categorías; autovaloración, autorregulación, competencias individuales y habilidades sociales. Esta relación que hacen los autores de las características que se asocian a la resiliencia de los niños, comprueba una vez más la esencia multifactorial y dinámica del fenómeno de la resiliencia

Así mismo y como ya se mencionó anteriormente (Baldwin, Baldwin & Cole, 1992) citado (Kotliarenko Ph.D., et al., 1997) por considerar que las creencias religiosas o la participación en algún grupo religioso actúa como un factor protector ya que hace parte de los grupos de apoyo social, proporcionando estabilidad y sentido de vida que como ya se sabe es característica de la resiliencia.

Es decir que en la resiliencia representa un papel fundamental en el ambiente protector en donde el sujeto interactúa, esto sumado a la fortaleza intra-psíquicas y la puesta en marcha de habilidades adquiridas nos da como resultado una persona capaz de hacer frente a la adversidad y salir fortalecida generando un aprendizaje que muy seguramente será insumo para afrontar situaciones que le generen estrés en el futuro.

## **Estrategias de afrontamiento y su relación con la resiliencia.**

A continuación, se presenta una descripción del concepto.

Las estrategias de afrontamiento, hacen referencia a ciertas características psicológicas que el individuo pone en práctica al momento de afrontar situaciones que lo desestabilicen o saquen de su zona de confort, inicialmente se habla de afrontamiento.

Lazarus y Folkman, 1991, p.164 citado por (Quiroz, et al., 2010) define el afrontamiento como *“Aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo, entendido también como un proceso que no es estable, es decir dinámico ya que también es mediado por las vivencias y experiencias de cada sujeto, también es importante resaltar que esta mediación a nivel simbólico con contexto social y ambiental al cual se pertenece”*. Como lo plantea (Blanco, 1995) citado por (Macías, 2013) es decir de creencias, normas sociales, costumbres, la asimilación de derechos y deberes, esquemas de comportamiento, significados, etc. que caracterizan a las instituciones a las cuales el individuo hace parte.

En síntesis, las estrategias de afrontamiento son recursos psicológicos, cognitivos, puestos en marcha una vez se presenta el estrés esto con el fin de mitigar o hacer que desaparezca el agente estresor, además que tampoco son recursos estables, puesto que intervienen las experiencias del sujeto y su efectividad como recurso, al igual de estar mediados por el ambiente en el que se desarrolla la persona.

Así mismo diversos autores han dado la definición de las estrategias de afrontamiento (Macías et al.,2013) Estas son entendidas como recursos psicológicos que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes. Aunque la puesta

en marcha de estas no siempre garantiza el éxito, sirven para generar, evitar o disminuir conflictos en los seres humanos, atribuyéndoles beneficios personales y contribuyendo a su fortalecimiento.

Adicionalmente Lazarus y Folkman (1991) han desarrollado el modelo de estrés-afrontamiento que ha servido de base a diversas investigaciones sobre el tema, ellos proponen categorías de afrontamiento; afrontamiento dirigido a las acciones que son las actividades que van encaminadas a modificar o alterar el problema, afrontamiento dirigido a la emoción, este ayuda a regular, eliminar los sentimientos negativos que se originan por la situación problema.

### **Madres cabeza de familia**

En Colombia en un contexto legal y según la ley 1232 de 2008 que modifica la ley 82 de 1993 del congreso de la república se da una definición para la madre cabeza de familia de la siguiente manera, “Jefatura Femenina de Hogar, es una categoría social de los hogares, derivada de los cambios sociodemográficos, económicos, culturales y de las relaciones de género que se han producido en la estructura familiar, en las subjetividades, representaciones e identidades de las mujeres que redefinen su posición y condición en los procesos de reproducción y producción social que es objeto de políticas públicas en las que participan instituciones estatales, privadas y sectores de la sociedad civil.

En concordancia con lo anterior, es “*Mujer cabeza de familia, quien, siendo soltera o casada, ejerce la jefatura femenina de hogar y tiene bajo su cargo, afectiva, económica o socialmente, en forma permanente, hijos menores propios u otras personas incapaces o incapacitadas para trabajar, ya sea por ausencia permanente o incapacidad física, sensorial, síquica o moral del cónyuge o compañero permanente o*

*deficiencia sustancial de ayuda de los demás miembros del núcleo familiar”.*

(Colombia, 2008)

Dicha condición es constantemente golpeada por el mismo estado de vulnerabilidad que se describe. El contexto negativo en que se ha desarrollado la nación, el nacimiento diferentes fenómenos que impactan fuertemente a toda la población entre los principales factores encontramos: la violencia citando a Fals Borda en su prólogo sobre la Violencia en Colombia *“Para la sociedad colombiana, el problema de la "violencia" es un hecho protuberante. Muchos lo consideran como el más grave peligro que haya corrido la nacionalidad. Es algo que no puede ignorarse, porque irrumpió con machetes y genocidios, bajo la égida de guerrilleros con sonoros sobrenombres, en la historia que aprenderán nuestros hijos; porque su huella será indeleble en la memoria de los sobrevivientes y sus efectos tangibles en la estructuración, conducta e imagen del pueblo de Colombia. (...) No encarar el tema, no atreverse a agitarlo, no derivar de él enseñanzas, así científicas, como de política social, habrá sido un despilfarro de oportunidades y un acto no pequeño de traición a los intereses de la comunidad”.*

Es así como un caos lleva al otro, la violencia abre la brecha para la pobreza, la pobreza a la delincuencia, la avaricia, generando un camino minado de factores de riesgo psicosocial para el desarrollo integral de la población en estudio.

## **Metodología.**

### **Enfoque**

Para el desarrollo del presente trabajo de investigación se utiliza el enfoque cualitativo, donde (García 2006) nos da una descripción del enfoque “pretende identificar la naturaleza profunda de las realidades, su sistema de relaciones, su estructura dinámica. La investigación cuantitativa trata de determinar la fuerza de asociación o correlación entre variables, la generalización y objetivación de los resultados a través de una muestra para hacer inferencia a una población de la cual toda muestra procede. Tras el estudio de la asociación o correlación pretende, a su vez, hacer inferencia causal que explique por qué las cosas suceden o no de una forma determinada”.

### **Tipo de investigación**

La presente investigación es de tipo descriptivo donde (Hernández et al. 2006) nos plantea que este tipo de investigación “*Busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población*”.

Donde lo que se pretende es conocer cuáles son los factores presentes en el ambiente psicosocial de las madres participantes, son relacionados con el nivel resiliente de cada una de ellas.

## Población

Participantes: la población está compuesta por madres cabeza de familia residentes de la etapa tres del barrio Ciudadela Comfenalco de la ciudad de Ibagué. La muestra es de 10 mujeres, con edades entre los 36 y 61 años.

**Tabla 1.**

*Caracterización de la población.*

Caso	Nombre	Edad	Estado civil	Escolaridad	Ocupación	Nº de hijos
Caso 1	CC	49	Soltera	Bachillerato	Hogar y niñera	2
Caso 2	DG	42	Viuda	Sexto de bachillerato	Cuidado del hogar	4
Caso 3	PH	41	Soltera	Bachillerato	Confección	1
Caso 4	JL	43	Soltera	Séptimo de bachillerato	Servicios generales	4
Caso 5	MR	53	Separada	Quinto de primaria	Maquiladora	1
Caso 6	AE	43	Unión libre	Quinto de primaria	Mano de obra confección	2
Caso 7	RS	61	Soltera	Quinto de primaria	Hogar y confección	3
Caso 8	NP	36	Soltera	Bachillerato	Independiente	1
Caso 9	NG	58	Soltera	Bachillerato	Independiente, confección	3
Caso 10	RR	50	Separada	Técnico	Auxilia pedagógico	5

## Muestreo

Para el ejercicio de la investigación se utilizó una técnica de muestreo no probalístico, con criterios de inclusión como ser mujeres, ser madres cabeza de familia o haber sido madre cabeza de familia, deseo de participar en el estudio, ser residentes del barrio Ciudadela Comfenalco de la ciudad de Ibagué, y de exclusión: el no deseo de participar en la investigación, el tener un cónyuge que sustente el núcleo familiar.



Permitiendo centrarse en los objetivos de la investigación, al describir el fenómeno en cada una de las participantes.

Se define según Scharager, J., & Reyes, P. (2001) La elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de las condiciones que permiten hacer el muestreo (acceso o disponibilidad, conveniencia, etc); son seleccionadas con mecanismos informales y no aseguran la total representación de la población.

### **Instrumentos**

Para la recolección de la información se emplearon.

#### **Entrevista semiestructurada.**

Definida por Serrano (2010) como una serie de preguntas abiertas, cada pregunta estará redactada según las características de la persona que se va a entrevistar, teniendo siempre en mente que no se trata de conocer el posicionamiento de la persona entrevistada ante una determinada problemática, social sino de recabar o/y ampliar la información. Dichas preguntas permitieron expresar de manera directa la opinión de su rol de madre cabeza de familia y experiencias, esto con el objetivo de obtener información respecto a los factores psicosociales en áreas, familiar, social, personal, espiritual, laboral y de rol. (Anexo 2)

### **Escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER).**

Se aplicó este instrumento con el objetivo de conocer el nivel de resiliencia en cada una de las madres participantes. Este instrumento cuenta con 25 ítems en una escala tipo Likert puntúan de 1 a 7, donde las participantes indicaran el grado de desacuerdo o acuerdo con cada uno de los ítems, donde las puntuaciones totales obtenidas entre 147 y 175 corresponden a una mayor capacidad resiliente, entre 121 y 146 corresponden a una moderada resiliencia y puntuaciones de 121 y menores significan una escasa capacidad de resiliencia. La escala evalúa las siguientes dimensiones: ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia. (Anexo 3)

### **Inventario de estrategias de afrontamiento Coping modificada (EEC-M).**

Este inventario validado con población colombiana que mediante 69 ítems, evalúa las diferentes formas que utilizan las personas para afrontar los problemas o situaciones estresantes que se les presentan en la vida, mediante los siguientes factores: solución de problemas, apoyo social, espera, religión, evitación emocional, apoyo profesional, reacción agresiva, evitación cognitiva, reevaluación positiva, expresión de dificultad de afrontamiento, negación, autonomía. (Anexo 4)

### Cronograma de actividades

Fase	Plan de actividades	Meses								
		Feb	Mar	Abril	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct
Fase 1  Planeación de la investigación	Propuesta del tema de investigación	15								
	Presentación del anteproyecto		2-19 30	22						
	Elaboración de la entrevista semiestructurada			19-30	5					
	Elaboración de los talleres de psico educación					21				
Fase 2  Aplicación de instrumentos	Acercamiento a la población.							4		
	Aplicación de la entrevista semiestructurada									
	Aplicación del inventario de Coping modificada (EEC-M)							4		
	Aplicación de la escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER)							5		
	Implementación de la taller de auto concepto							5		
	Implementación del taller de proyecto de vida							6		
	Implementación de taller de pautas de crianza.							11		
Fase 3	Transcripción de la entrevista semiestructurada							14-15		

Análisis de la información	Análisis de las entrevistas por medio de matrices. Calificación Tabulación de los resultados de (EEC-M) y (ER)							16-17 18-19		
Fase 4 ejecución de la investigación	Elaboración de los resultados obtenidos							22-23 24		
Fase 5 Divulgación de la información	Trabajo final							26		
	Asignación de jurados									2
	Ajuste de correcciones									11-19
	Fecha de sustentación.									23

Tabla 2. Cronograma de actividades.

## **Análisis de resultados**

A continuación se detalla el análisis de los resultados obtenidos en cada uno de los instrumentos, y sus respectivos factores de evaluación. Como principales insumos para la realización de la presente investigación.

En la presente investigación se recolectó la información de 10 mujeres madres cabeza de familia, que comprendían edades entre los 36 y los 61 años de edad, el grado de escolaridad se comprendía entre quinto de primaria y educación técnica.

Para la codificación de la información durante el proceso de análisis de los datos, se escriben las iniciales de los nombres de las participantes.

### **Análisis de la entrevista semiestructurada**

La información plasmada a continuación corresponde a las respuestas obtenidas por las participantes, donde se obtuvo información en áreas, personal, de su rol, familiar, social y laborar. Con el fin de obtener información sobre los aspectos psicosociales relacionados con la resiliencia. Añadido a esto se realizó una síntesis de la información más relevante para el desarrollo de la investigación.

**Tabla 2***Análisis área personal de las madres cabeza de familia*

Área Personal			
Pregunta	Part.	Respuesta	Análisis
1 ¿tiene usted alguna creencia en especial?	<b>CC</b>	“Claro, que creo en Dios”.	De acuerdo con lo obtenido en las entrevistas, en el área personal, en cuanto a una creencia en especial, las madres expresaron creer en Dios, una de ellas refiere no congregarse en ningún grupo porque no ha encontrado el lugar, en cuanto al crecimiento personal, ellas consideran que las situaciones difíciles han contribuido de manera
	<b>DG</b>	“Sí, en Dios”.	
	<b>PH</b>	“Creo en Dios, pero no me congrego todavía en ningún lado, no he encontrado así”.	
	<b>JL</b>	“Yo voy a la iglesia”.	
	<b>MR</b>	“Creo en Dios”.	
	<b>AE</b>	“En Dios”.	
	<b>RS</b>	“En Dios y en cristo Jesús”.	
	<b>NP</b>	“Creo mucho en Dios”.	
	<b>NG</b>	“Cristiana”.	
	<b>RR</b>	“Sí, yo soy cristiana”.	
2 ¿Usted cree que las situaciones difíciles le han ayudado a crecer como persona?	<b>CC</b>	“Sí”.	positiva. El principal aprendizaje de las situaciones adversas que han afrontado entre las madres es: la fortaleza, la fe en Dios, a valorarse más, tener en cuenta con que personas cuentan en los momentos difíciles, una de las madres refiere que no ser tan confiado es su principal aprendizaje.
	<b>DG</b>	“Sí”.	
	<b>PH</b>	“Lo vuelven a uno más duro, sí”.	
	<b>JL</b>	“Sí”.	
	<b>MR</b>	“Sí”.	
	<b>AE</b>	“Si, hartó”.	
	<b>RS</b>	“Yo creo que sí”.	
	<b>NP</b>	“Claro, sí”.	
	<b>NG</b>	“Claro”.	
	<b>RR</b>	“Si, bastante”.	
3. ¿Cuál cree que es al aprendizaje que le ha quedado de las situaciones difíciles que ha afrontado?	<b>CC</b>	“Mucha enseñanza”.	Dentro de los valores que las caracterizan como persona,
	<b>DG</b>	“La fortaleza, porque pues Dios me ha dado mucha fortaleza y la fe también de seguir adelante”.  “Creer, de pronto en no ser tan tonto, en la vida, si podría ser algo	

	<b>PH</b>	a favor, pero así a crecer, lo pone a uno más duro y lo pone a uno a pensar y a decir, bueno no hay que ser tan bobo en ciertas cosas, hay que, así como le cierran a uno las puertas”.	mencionaron, la humildad, honestidad, respeto, responsabilidad, sinceridad, generosidad, el don de servicio
	<b>JL</b>	“El ser fuerte, tener más fuerza para seguir adelante y seguir la situación”.	hacia los demás es uno de los aspectos que mencionan en general como una característica personal.
	<b>MR</b>	“Pues, valorar más, donde uno esta, el trabajo, seguir adelante, superarse uno mismo”.	Como mayor legado que las madres desean dejar a sus hijos resaltan la
	<b>AE</b>	“Ser más berraca en la vida”.	formación académica, principios y valores; como la honestidad, el
	<b>RS</b>	“Yo entiendo que lo hacen a uno como más fuerte y verse de pronto reflejada en lo hijos y la crianza que uno les dio, la formación”.	respeto, la autonomía, desean que ellos tengan fe en Dios y sigan ese
	<b>NP</b>	“He aprendido a valora más mi vida, o sea como persona he aprendido a valórame más y valorar más a mi familia”.	camino. También resaltan que sigan su ejemplo de perseverancia.
	<b>NG</b>	“Ser más constante, más constancia y más berraquera.”.	Al indagar frente a como las
5 ¿Qué legado desearía dejar en sus hijos?	<b>RR</b>	“El aprendizaje que me ha quedado es que nosotros solamente tenemos que aferrarnos de la mano de Dios, porque es el único, el hombre, uno no dé debe de aferrar a el hombre”.	madres recuperan el control sobre sí misma, en una situación adversa, ella menciona la fe y la oración como uno de sus principales
	<b>CC</b>	“Tantos, muchas enseñanzas, principios como persona”.	recursos, además resaltan a sus hijos como una fortaleza, debido al
	<b>DG</b>	“El estudio, ante todo, que ellos esto, puedan surgir como personas, que sean unas personas honestas”.	apoyo que ellos le brinda, el callar

<b>PH</b>	“Ay eso, ser muy acomedido, ser muy sociable, no ser tan rencoroso en la vida”.	y pensar sobre su accionar. Una de las madres refiere que le es un poco
<b>JL</b>	“Pues, ¿qué legado? No, que sigan estudiando y pues ya ellos saben qué en la vida yo fui la que los crie, los saque adelante y pues ya”.	difícil recuperar el control de manera inmediata.
<b>MR</b>	“Lo mejor, que sean honesto, trabajadores, buena educación”.	En lo que se refiere a las características que les ayudan a
<b>AE</b>	“Honestidad, si uno va con Honestidad por la vida, tiene mucho más logro”.	sobreponerse a las citaciones
<b>RS</b>	“Lo que anhelo es que ellos se congreguen a cristo también, se congreguen en una iglesia, que vean que mi Dios es el camino y lo único verdadero”.	adversas, las madres resaltan que tener en fe Dios como principal característica, las ayuda a salir
<b>NP</b>	“Pues el respeto a los demás y una buena, o sea formarlo bien como persona, para un buen futuro”.	delante, el ser madres y su familia, consideran de igual manera la
<b>NG</b>	“Que, incluso mi hija menor le he inculcado mucho que uno debe de ser, depender de uno mismo, mas no de nadie. Si vienen una ayuda o una persona más o un compañero o un hogar ya es por añadidura, eso es como suerte, pero que siempre depender de uno mismo, valerse por sí solo, echar para adelante solo y sacar su familia, sacar sus planes, sus deseos”.	perseverancia, la fortaleza, y el pensamiento de que todas las situaciones por más difíciles que sean tiene solución. Al momento de expresar sus pensamientos ante los demás ellas mencionan de manera general, el dialogo como un
<b>RR</b>	“A mis hijos, a mis hijas, lo que yo a ellas más les digo es que crean mucho en Dios, que amen mucho a Dios y que sean muy buenas personas”.	mecanismo de expresión, además del respeto hacia los demás, expresándose de forma clara y concisa.



6 ¿Cuándo se le presenta una situación difícil o dolorosa, de qué manera recupera el control sobre si misma?

- CC** “pienso que debo de hacer para poder hacer las cosas, bien hechas”.
- DG** “Cuando se murió mi esposo Dios me dio la, eh mis hijos o sea me hicieron salir adelante fueron mis hijos”.
- PH** “Pues la verdad, eso es como con los días, que ya se le haya pasado a uno como la neura. La verdad así que lo recupere, así como de la noche a la mañana no, me cuesta trabajo”.
- JL** “No, yo llorando, porque lloro como una magdalena, eso si yo, para que uno lo va a negar, yo lloro mucho y pues busco consuelo en mis hijos”.
- MR** “Le pido a Dios que me de sabiduría para seguir adelante”.
- AE** “Orando”.
- RS** “Pues ahora que tengo conocimiento, pues orándole al señor. Anteriormente, pues siempre he tenido la fe en Dios.”
- NP** “Pues orándole mucho a Dios y pidiéndole que me de mucha fortaleza”.
- NG** “Me callo, pienso, de pronto me aisló un rato y después salgo. Pero no recargo mi ira, ni nada de eso con nadie”.
- RR** “Orando”.

**Tabla 3**

*Análisis del área familiar de las participantes*

Área Familiar			
Pregunta.	Part.	Respuesta	Análisis
17 ¿Cuándo debe tomar decisiones en su familia como lo hace?	<b>CC</b>	“Aconsejando”.	En el área familiar se encontró
	<b>DG</b>	“Pues, a veces se meten todos mis hijos, pero trato de que la última palabra la tenga yo en lo que decido con las cosas”.	que seis de ellas viven únicamente con sus hijos, una de ellas vive con sus hijas y nietas,
	<b>PH</b>	“Pues normal, no su acelerada no tampoco tan clamada, digamos lo normalito”.	otra vive con sus hijas, madre y hermano que se encuentran en
	<b>JL</b>	“Pues, cualquier decisión que tomo, según, si la tengo que tomar yo sola, la tomo yo sola, si no pues con mis hijos, a mi hija le digo más que todo, bueno mami, ¿será que hacemos esto, esto? O sea hablo mucho con ella, he tenido mucho dialogo”.	condición de discapacidad, en cuanto a su convivencia y relación familiar, en general expresan que es buena, aunque una menciona que en ocasiones,
	<b>MR:</b>	“Pues yo lo pienso y después ya le pido consentimiento a la familia, hablamos, si está bien o no está bien”.	es un poco complicado con su madre por su edad y condición de
	<b>AE</b>	“Hablando y teniendo en cuenta las opiniones de todos, no solamente la mía si no todos, que tengamos toda una opinión para poder tomar la decisión. Se toma en cuenta todas las opiniones que se dan para el caso”.	discapacidad física. Con relación a su vivienda si es propia o rentada, en el caso de cinco de las entrevistadas es rentada, dos indican que es
	<b>RS</b>	“Pues dependiendo de la situación, si es favorables pues no es difícil. Pero si es un poco complicada pues hay si la verdad, pues mejor dicho yo creo que en ese momento uno no puede decir cómo reaccionar, de una mara o de la otra, de pronto Dios me favorezca	propia, una que la está pagando en este momento, una que vive en casa de su madre y en el caso de

		si llegue se momento pues ya uno mirara”.	una menciona que vive en un colegio el cual cuida.
	<b>NP</b>	“Pues yo lo hago de una manera buena, se me expresar bien, para saber cómo vamos a solucionar las cosas”.	Con respecto a las decisiones que debe tomar en su familia, seis de
	<b>NG</b>	“De pronto lo comento con mis hijas, voy a hacer esto, pero sola, lo comento pero no, me poyan y listo”.	ellas indican que toman en cuenta a sus hijos y familia. Para ello también toman consejo, son
	<b>RR</b>	“Siempre que yo voy a tomar una decisión yo reúno a mis hijas todas y yo les planteo a ellas la decisión que yo voy a tomar y me apoyo mucho en ellas, en lo que ellas consideren que si es o no es”.	calmadas. Por el contrario dos de ellas manifiestan que toman las decisiones solas, debido a que están acostumbradas.
18 ¿Recibe algún apoyo o ayuda en el cuidado de sus hijos?	<b>CC</b>	“Ah sí, sí”.	Respecto al apoyo y cuidado de
	<b>DG</b>	“No”.	sus hijos, seis de ellas
	<b>PH</b>	“No”.	evidenciaron que no tuvieron, ni
	<b>JL</b>	“Ninguno. Pues cando estaban más chicos si, pro ahorita pues ya están grandes no”.	tienen apoyo en el cuidado de sus hijos de ninguna persona, pero
	<b>MR</b>	“No, nada”.	cuatro de ellas, menciona que
	<b>AE</b>	“Sí, si recibía apoyo de la familia. De los vecinos, de los amigos, había presencia, no, de la familia. En el momento de los cuidados”.	contaron con el apoyo, amigos, familiares, vecinos, aunque ahora
	<b>RS</b>	“No”.	que ya están grandes no es
	<b>NP</b>	“No”.	necesario.
	<b>NG</b>	“No”.	En cuanto a la manera en la que se
	<b>RR</b>	“No, cuando yo quede sola con ellas, eran mis compañera, yo tuve mucho apoyo de mis compañeras, porque pues ellas me ayudaban mucho, me colaboraban mucho con una cosa con otra y mantenían muy pendientes de mí, mis compañeras”.	hacen cargo del sostenimiento de sus familias, las mujeres entrevistadas manifestaron; que por medio de su trabajo, cuatro de

19 ¿De qué manera se hace cargo del sostenimiento de su familia?	<b>CC</b>	“Sí, puedo decir ahorita que sí, porque tú sabes la situación, ahorita que esta el papá por ahí colaborando, sí”.	ellas se dedican a labores en confección, en su mayoría de forma informal o independiente.
	<b>DG</b>	“De mis hermanos”.	Teniendo en cuenta sus experiencias, a la hora de asumir el rol, en el momento de asumir el rol, acudieron al “rebusque”
	<b>PH</b>	“No”.	como medio de sustento, una de ellas indica vivir con su madre, la vivienda es de su propiedad, la tienen en arriendo y de allí adquiere recursos económicos.
	<b>JL</b>	“No”.	
	<b>MR</b>	“En ese momento, algunas veces”.	
	<b>AE</b>	“Si, del papá de la niña”.	
	<b>RS</b>	“No, ojala”.	
	<b>NP</b>	“No, de nadie”.	
	<b>NG</b>	“No”.	
	<b>RR</b>	“Si, el papá le manda la cuota, la mensualidad de ella y pues últimamente ha estado como muy pendiente de ella”.	
			Respecto al apoyo económico o manutención, se encontró que, cinco de ellas nunca contaron con algún apoyo encomio para sus hijos, tres de ellas refieren que el papá de sus hijos les colabora económicamente, una que en algunas ocasiones, ya que no es constante y una de ellas refiere que, sus hermanos le dan una manutención económica por el cuidado de su madre y hermano discapacitados.

A cerca de las actividades de esparcimiento familiar, en las madres entrevistadas se observó que generalmente buscan que una vez al mes pueda hacer alguna actividad, recreativa, pero dos de ellas encuentran limitaciones económicas para hacerlo.

**Tabla 4**

*Análisis del área social de las madres cabeza de familia*

Área Social			
Pregunta	Part.	Respuestas	Análisis
24 ¿Se le facilita o dificulta establecer amistades?	<b>CC</b>	“Para nada”.	En cuanto al análisis del área social, en general las mujeres entrevistadas, mantienen buenas relaciones sociales, mencionan tener en promedio de tres a cien amigos, a un que describen que no todas las personas son amigos, se evidencia la importancia de estas personas en sus procesos. No obstante, una de ellas menciona que presenta dificultades para
	<b>DG</b>	“No. No se me dificulta, si yo hablo con cualquiera”.	
	<b>PH</b>	“Se me facilita”.	
	<b>JL</b>	“No, se me facilita arto”.	
	<b>MR:</b>	“No”.	
	<b>AE</b>	“Si”.	
	<b>RS</b>	“A veces”.	
	<b>NP</b>	“No, no se me dificulta”.	
	<b>NG</b>	“Se me facilita”.	
	<b>RR</b>	“No, porque siempre que yo he estado en muchos sectores trabajando y siempre me la llevo muy bien con todas las personas	

		que allí están, siempre y me han querido mucho, siempre que yo me voy les da tristeza, siempre me han querido mucho”.	establecer amistades. Dentro de las características que encuentran en sus amigos, se resalta; la
25 ¿Que caracterizan a sus amigos?	CC	“Que son buena gente”.	confianza, la honestidad, la
	DG	“Que por ejemplo dicen mis hijas que son muy habladores. Que o sea ellos confían mucho en mí y yo también confió a veces mucho en esas personas”.	sinceridad, el cooperativismo, la colaboración, el consejo, las palabras de aliento, la humildad, la generosidad. Acerca de las
	PH	“Que sean honestos, que sean sinceros, que sean la palabra lo dice amigos, ya hoy en día no se consiguen, la agente va es detrás de otro tipo de, ¿de qué le digo yo a usted?, van detrás de algo, de ese algo que, por ser madre soltera, piensa que esta uno dispuesto ya a darlo y así no es”.	personas con las que mantiene relaciones cercanas, se resalta, la familia, compañeros de trabajo y personas que asisten a la iglesia. También, se concluye que se le
	JL	“Pues donde yo trabajo, que trabajo con profesores, estudiantes, el rector, secretaria, pues hay veces ellos son chéveres, como hay veces entonces de igual manera ellos están en sus días y yo también entonces yo a toda hora riéndome con todo el mundo”.	facilita el trabajo en equipo.
	MR	“Pues lo característico, Pues que ellos son buena gente. Pues yo doy todo lo bueno de mí a ellos y ellos también tratan dar lo bueno de ellos a uno”.	
	AE	“Eso, el siempre estar en un apoyo, no, en momentos buenos y malos, es lo que más caracteriza, o sea lo que yo caracterizo a mis amigos, que siempre están hay apoyándose. No simplemente económico, si no moramente, no, y echándole a uno porras para que siga adelante y no se deje caer”.	

	<b>RS</b>	“Amistades que pueden uno confiar”.
	<b>NP</b>	“Pues bien, o sea ellos son buenas personas y me brindan de pronto apoyo, pero como en palabras, consejos”.
	<b>NG</b>	“Que tenga, o sea amargados, si o sea que no sean como tan conflictivos, que no tengan conflictos, un ambiente sano, que de pronto, si más bien, que sean sociables y que”.
	<b>RR</b>	“De pronto en ellos, la humildad, son muy colaboradores, son muy generosos, están siempre dispuestos a ayudarlo a uno en lo que uno”.
26 ¿Con que personas mantiene relaciones cercanas en la actualidad?	<b>CC</b>	“Tengo varias, tengo como familiar y como no familiares”.
	<b>DG</b>	“Con ellas, con las personas que vivo cerca”.
	<b>PH</b>	“Amigas, pues si mis compañeras de trabajo, tengo excelentes amigas también, más que todo ellas son mis, y mi familia”.
	<b>JL</b>	“Pues aparte de mis hijos, con las señoras de acá de la casa y en el trabajo, con los compañeros de trabajo y los estudiantes”.
	<b>MR</b>	“Pues con las personas que trabajo más que todo y mi hijo que viene diario”.
	<b>AE</b>	“Con mi jefe. Que más que una jefe es una amiga, más de que hay una de trabajo, hay una amistad”.
	<b>RS</b>	“Con los de la iglesia más que todo, con la viejita que le digo y amigas así, ah con Leyla la de la panadería, con ellas también tengo una amistad bonita”.
	<b>NP</b>	“Con mi hermana y mis sobrinos”.

**NG** “Con los vecinos, con mis hijas  
mayores, eh con la suegra de mi  
hija la mayor”.

**RR** “Mis compañeros de trabajo”.



### Calificación de la Escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER)

En la tabla N° 6, se describe el tipo de resiliencia obtenida por cada una de las participantes, donde se evidencia que 6 obtuvieron puntuaciones correspondientes a una mayor capacidad de resiliencia, 2 relacionadas con moderada capacidad resiliente y una con escasa resiliencia.

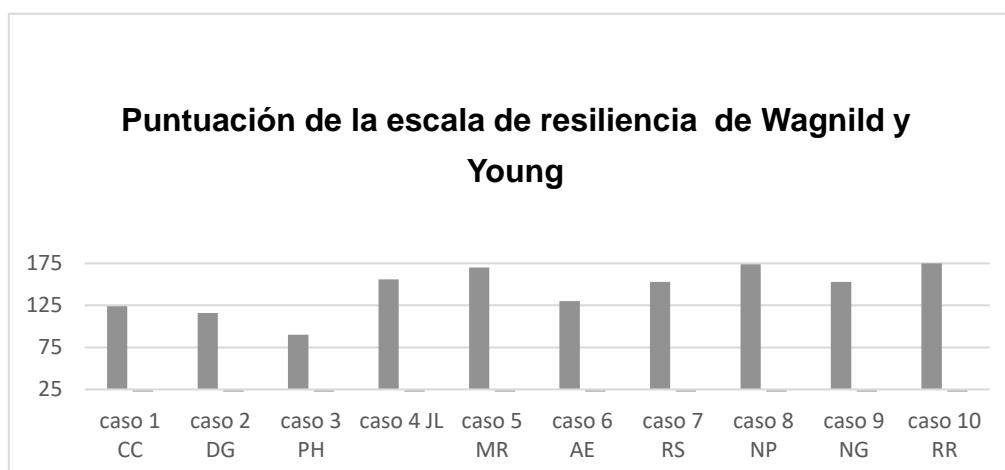
**Tabla 5**

*Calificación de la escala de resiliencia en las madres cabeza de familia*

Participante	Valor de la escala	Calificación
Caso 1 CC	124	Moderada resiliencia
Caso 2 DG	116	Escasa resiliencia
Caso 3 PH	90	Escasa resiliencia
Caso 4 JL	156	Mayor capacidad de resiliencia
Caso 5 MR	170	Mayor capacidad de resiliencia
Caso 6 AE	130	Moderada resiliencia
Caso 7 RS	153	Mayor capacidad de resiliencia
Caso 8 NP	174	Mayor capacidad de resiliencia
Caso 9 NG	153	Mayor capacidad de resiliencia
Caso 10 RR	175	Mayor capacidad de resiliencia

En la gráfica N° 1 se evidencia que el rango de las puntuaciones totales de las participantes en la escala de resiliencia de Wagnild y Young, está entre 90 y 175. Se puede ver que se encontraron calificaciones en todos los niveles de resiliencia, lo que significa que las madres que puntuaron entre 124 y 175 poseen algunas características que fortalecen y les ayuda a enfrentar la adversidad. Aspectos que las madres que puntuaron entre 90 y 116 deben reforzar.

**Grafica 1**



Grafica 1. Puntuación de la escala de resiliencia

Para cada uno de los de los factores evaluados en la prueba se especifica el análisis de la siguiente manera.

**Tabla 6**

*Puntuación, factor de satisfacción personal*

Satisfacción personal	Puntuación
Caso 1 CC	23
Caso 2 DG	20
Caso 3 PH	16
Caso 4 JL	22
Caso 5 MR	28
Caso 6 AE	22
Caso 7 RS	27
Caso 8 NP	27
Caso 9 NG	26
Caso 10 RR	28

En la tabla N° 7

Se relacionan puntajes obtenidos en el factor de satisfacción personal, se denota que la muestra presenta puntajes significativos, ya que el 90% puntúan alto en esta característica, lo que significa que las madres presentan una comprensión del significado de la vida y la forma en como las persona contribuye a esta, teniendo en

cuenta cómo se siente frente a sus logros y los que ha realizado en su vida. (Wagnild y Young, 1993).

**Tabla 7**

*Puntuación, factor de ecuanimidad*

<b>Ecuanimidad</b>	<b>Puntuación</b>
Caso 1 CC	13
Caso 2 DG	13
Caso 3 PH	11
Caso 4 JL	26
Caso 5 MR	26
Caso 6 AE	22
Caso 7 RS	27
Caso 8 NP	24
Caso 9 NG	20
Caso 10 RR	28

En la Tabla N° 8 se denotan las puntuaciones obtenidas correspondientes a la característica de ecuanimidad, entendida como a tener una vida y experiencias balanceadas, en este caso el 70% de las madres participantes, demuestran tener la capacidad de tomar las situaciones de manera tranquila, tomándose el tipo para moderar su accionar y actitudes frente a las adversidades.

**Tabla 8**

*Puntuación sentirse bien solo*

<b>Sentirse bien solo</b>	<b>Puntuación</b>
Caso 1 CC	16
Caso 2 DG	15
Caso 3 PH	14
Caso 4 JL	21
Caso 5 MR	21
Caso 6 AE	21
Caso 7 RS	21
Caso 8 NP	21
Caso 9 NG	20
Caso 10 RR	21

En la tabla N° 9 se relacionan las puntuaciones obtenidas respecto a la característica de sentirse bien solo, la muestra puntúa de manera significativa, representada en un 90%, entendiéndose como el significado de libertad que le da el individuo a su vida, sentirse único e importante y la valoración que se da a sí mismo.

**Tabla 9**

*Puntuación confianza en sí mismo*

<b>Confianza en sí mismo</b>	<b>Puntuación</b>
Caso 1 CC	39
Caso 2 DG	35
Caso 3 PH	24
Caso 4 JL	46
Caso 5 MR	46
Caso 6 AE	30
Caso 7 RS	44
Caso 8 NP	55
Caso 9 NG	44
Caso 10 RR	49

En la tabla N° 10 se relacionan los resultados obtenidos cuanto a la característica de confianza en sí mismo, así la muestra proporciona en un 70%, esto significa que tiene la capacidad e creer en sí mismas y en sus habilidades, capacidades y destrezas.

**Tabla 10**

*Puntuación, factor de perseverancia*

<b>Perseverancia</b>	<b>Puntuación</b>
Caso 1 CC	33
Caso 2 DG	33
Caso 3 PH	25
Caso 4 JL	41
Caso 5 MR	49
Caso 6 AE	35

Caso 7 RS	44
Caso 8 NP	47
Caso 9 NG	43
Caso 10 RR	49

Por último en la tabla N° 11 se muestran los resultados obtenidos en la característica de perseverancia, la muestra arroja que en cuanto a esta característica, el 70% de las participantes cuentan con la característica de perseverancia que según (Wagnild y Young, 1993), ante la adversidad el deseo de seguir adelante, con la satisfacción hacia los logros teniendo autodisciplina, es decir que este porcentaje de madres han logrado apoyarse en la perseverancia para lograr asumir muchas de las situaciones y seguir ejerciendo su rol.


### Calificación de la escala de Coping modificada (EEC-M)

En la siguiente tabla se relacionan los resultados obtenidos por cada una de las participantes y las estrategias de afrontamiento evaluadas en la escala.

**Tabla 11**

*Resultados del inventario de estrategias de afrontamiento*

FACTORES		CC	DG	PH	JL	MR	AE	RS	NP	NG	RR
1	Solución de problemas	41	39	21	37	48	46	31	53	43	48
2	Apoyo social	34	27	20	32	30	36	13	33	17	21
3	Espera (solo Colombia)	30	9	24	38	25	45	31	26	29	37
4	Religión	42	39	14	42	34	36	34	37	42	37
5	Evitación emocional	31	14	21	35	29	15	36	37	37	20
6	Apoyo profesional	20	5	9	9	5	11	5	27	9	8
7	Reacción agresiva	13	9	14	7	10	24	11	9	11	5
8	Evitación cognitiva	12	5	11	30	17	26	21	26	19	16
9	Reevaluación positiva	24	22	11	21	28	25	21	22	24	24
10	Expresión de la dificultad de afrontamiento	10	8	10	6	11	11	11	12	15	40
11	Negación	6	3	8	7	9	11	6	14	11	6
12	Autonomía	8	2	5	6	8	2	9	4	12	4

 = puntuaciones altas

 = puntuaciones bajas

En resultados obtenidos en la aplicación de la escala de Coping modificada (EEC-M), se obtiene información de 12 estilos de afrontamiento, de las participantes en el proyecto, se hace el siguiente análisis por cada uno de los estilos de afrontamiento, identificando así cuales prevalecen en el grupo de madres cabeza de familia estudiado.

Factor 1. Denominado solución de problemas, puede describirse esta estrategia como la secuencia de acciones orientadas a solucionar el problema, teniendo en cuenta el momento oportuno para analizarlo y llevar a cabo una intervención. Algunos autores han identificado esta estrategia como planificación o resolver el problema, en la que se movilizan estrategias cognitivas analíticas y racionales para alterar la situación y solucionar el problema (Fernández-Abascal & Palmero, 1999). En este caso las participantes demostraron en un 80% la puesta en acción de esta estrategia a la hora de afrontar situaciones estresantes.

Factor 2. Apoyo social, en esta estrategia el 60% de las madres participantes demostraron contar con el apoyo significativo y percibido del grupo de amigos, familiares, dando lugar a tolerar y afrontar de manera positiva las dificultades o emociones, dicho apoyo es de forma emocional, afectivo o informativo.

Factor 3. Espera, los puntajes obtenidos por las participantes denotan una alta prevalencia de este factor dado que el 90% de la muestra, tienden a la creencia de que las cosas o situaciones se resolverán con el paso del tiempo, esta espera es pasiva y positiva,

Factor 4. Religión, al igual que el anterior factor la muestra tiene prevalencia alta en esta estrategia con un 90%, entendida como la una estrategia de tolerancia al estrés por medio de la oración y las creencias religiosas.

Factor 5. Evitación emocional, se refiere a la movilización de recursos enfocados a ocultar o inhibir las propias emociones, evitando las emociones valoradas por el sujeto como negativas y nocivas, en la muestra el 60% identifico la puesta en marcha de esta estrategia ante las situaciones estresantes.

Factor 6. Apoyo profesional, el 30% de las madres participantes, identifico que en algunas de las situaciones adversas ha buscado apoyo en profesionales para afrontarlas, como búsqueda de una alternativa para la solución o entendimiento de la misma.

Factor 7. Reacción agresiva, la cual hace se describe como; la expresión impulsiva de la emoción de la ira, dirigida hacia sí mismo, hacia los demás o hacia los objetos, la cual puede disminuir la carga emocional que presenta la persona en un momento determinado. En este caso el grupo de madres participantes, mostraron una baja prevalencia al hacer uso de esta estrategia, solo un 30% de la muestra se identificaron con este estilo, para hacer frente al estrés causado por lagunas situaciones.

Factor 8. Evitación cognitiva, esta estrategia permite que el sujeto neutralice los pensamientos que son considerados negativos, a través de distractores o actividades que le permitan alejarse del estrés o los acontecimientos que lo generan. Para esta estrategia de afrontamiento en el grupo de madres cabeza de familia, se encontró una prevalencia del 70%, para la utilización de este este recurso como afrontamiento.

Factor. Reevaluación positiva, los resultados obtenidos en la muestra, se identificó una prevalencia del 90%, la cual es comprendida como la capacidad de evaluar el problema de forma positiva y obtener un aprendizaje significativo de situaciones adversas o estresantes, lo cual favorece la forma de afrontar y tolerar lo estresores, permitiendo así el desarrollo personal, esta estrategia está dirigida tanto a las emociones, la cognición y al problema, dándole un nuevo significado a las situaciones.

Factor 10. Expresión de dificultad de afrontamiento, la cual se define como la tendencia a expresar las dificultades para afrontar las emociones generadas por la situación, expresar las emociones y resolver el problema. Esta estrategia surge como una expresión de desesperanza frente al control de las emociones y del problema, implica un proceso de autoevaluación y monitoreo en donde la autoeficacia no es favorable para resolver las tensiones producidas por el estrés (Londoño Et al., 2006). La prevalencia obtenida en la muestra fue de un 80% para esta estrategia.

Factor 11. Negación, al poner en marcha esta estrategia lo que se busca es no pensar en el problema, alejándose de manera temporal, comportarse como si el problema no existiera, generando una tolerancia hacia las respuestas emocionales, en la muestra que un obtuvo un 40% de las madres hacen uso de esta estrategia ante las problemáticas.

Factor 12. Autonomía, entendida como la tendencia a responder ante el problema buscando de manera independiente las soluciones sin contar con el apoyo de otras personas tales como amigos, familiares o profesionales (Londoño Et al., 2006). Donde las madres participantes obtuvieron una prevalencia del 30%, la cual es significativamente baja.

En las madres cabeza de familia participantes en el estudio, se encontró que las estrategias de afrontamiento con mayor prevalencia, son; espera, religión, reevaluación positiva, expresión de dificultad de afrontamiento, evitación cognitiva, apoyo social, evitación emocional. Así mismo se evidenció que las estrategias para afrontar situaciones problemas con menor prevalencia son; negación, apoyo profesional, reacción agresiva y autonomía.



## **Discusión**

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en los tres instrumentos utilizados en el estudio, como lo fue la entrevista semiestructurada, la escala de resiliencia de Wagnild y Young y el inventario de estilos de afrontamiento, aplicados a las madres cabeza de familia, se pretende contrastar la información con los estudios anteriormente mencionados, en el análisis de los instrumentos.

Dentro de los principales hallazgos encontrados en la presente investigación se puede enmarcar que en el 80% de los casos las madres cabeza de familia poseen habilidades y características resilientes, esto asociados a diferentes factores que suman para la construcción de dichas habilidades como lo son la evitación cognitiva, religión, espera y apoyo social entre otros. Evaluado mediante los instrumentos empleados.

La presente investigación se convierte además en una muestra de la presencia de factores protectores de la resiliencia mencionados por Santa Cruz y García (2008) citado por Romero, (2014) ya que son evidenciados en los resultados obtenidos por los instrumentos. Asociando así, el sentirse bien solo con un 90 % de puntuación al factor protector de la independencia, definido como el saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas; la capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento. De la misma forma se relacionan dichas características en la mayoría de estos factores protectores.

Cabe señalar que aunque la UNICEF plantea que las mujeres jefas de familia y sus hogares constituyen sin duda un grupo social y económicamente vulnerable, que ha estado en crecimiento durante las últimas décadas tanto en los países industrializados como en los de menor desarrollo relativo. Esta información no contrasta con los resultados obtenidos ya que el 30 % de las madres entrevistadas manifiestan la economía como una dificultad a la hora de asumir su rol, el otro 70 % no lo hace.

Al asociar los resultados obtenidos en cuanto el 20 % de las madres que obtuvieron un nivel escaso de resiliencia es necesario mencionar, que la memoria y el aislamiento son dos de los factores que impiden el desarrollo de la resiliencia debido a que el trauma o situación adversa queda registrado y al no tener una persona con la cual exteriorizar la percepción de lo sucedido la herida no tendrá la posibilidad de sanar, esto plantea (Maradiaga, 2014) en su libro nuevas miradas de la resiliencia. Este 20 % mostro algunos picos marcando una puntuación baja en la evitación emocional como estilo de afrontamiento, dicho estilo de afrontamiento le permite al individuo evitar las emociones valoradas como negativas, es decir que este 20 % es bombardeado constantemente por dichas emociones con la diferencia que permiten la trascendencia en el sujeto.

De igual forma sigue existiendo una gran inquietud debido a que las 10 madres participantes debieron enfrentar su rol sin la ayuda específica de un conyugue, quien se supone en una familia no solo entrega la provisión económica, sino que también ayuda a toda la formación de los sistemas emocionales del núcleo familiar. Las diez madres fueron expuestas a esto, pero no todas obtuvieron los mismos resultados, dicha apreciación concuerda con lo descrito por Michael (2017) *“Es decir, necesitamos preguntar por qué y cómo algunos individuos logran mantener una elevada autoestima y auto eficacia, a pesar de enfrentar las mismas adversidades que condujo a otras personas a darse por vencidas y perder la esperanza.”*

Ahora bien, los resultados del 80 % de las madres fueron positivos, ya que presentaron un nivel de resiliencia entre alto y moderado, es importante resaltar entonces una de las características que tuvieron en común en cada uno de los instrumentos, y es la espiritualidad, si bien cada una de ellas mostro enfrentarse de diferente forma frente a los hechos, la actividad de una vida espiritual fue algo que se

mostró como gran apoyo en sus procesos, y logrando hacer de este un recurso psíquico y emocional que aporta a su bienestar. Es así como nos lo plantea (Rodríguez, Fernández, Pereza, Noriega. 2011) En los resultados obtenidos por el estudio de los mismos autores, se encontró que la espiritualidad en personas adultas facilita una actitud positiva frente a situaciones de riesgo lo que ayuda a que la persona tenga una estabilidad psicosocial, de igual forma hacen referencia, a que la espiritualidad, fortalece el autoestima, el auto concepto, características que se saben son principales en la persona resiliente.

Teniendo en cuenta que su rol de madre cabeza de familia les ha permitido desarrollar estas habilidades, encontrando de igual forma características en sus ambientes sociales, familiares y laborales. Lo anteriormente planeado se asocia a los factores externos o ambientales que del mismo modo pueden aportar al desarrollo de la resiliencia, mencionado por Grotberg, E. (1996), donde describe en categorías la interacción entre el individuo, la familia, en entorno comunitario, y cultural.

Partiendo de lo anteriormente descrito cada una de estas categorías marca un fuerte pilar en los procesos resilientes de las participantes, ya que la familia, creencias, círculo social, y comunidad han estado presentes en la construcción de estas madres resilientes. (Fahad & Sandman, 2000), sostienen que se han encontrado que las variables familiares influyen en la persona como fuente de apoyo, promueven la autoestima y las habilidades sociales que como ya se ha mencionado son características de una sujeto resiliente.

En definitiva cada una de las participantes han empleado su adversidad en el caso de este estudio, la viudez, mala relación conyugal, divorcios entre otros, como trampolín o fortaleza para seguir caminando sosteniendo las manos de sus hijos, tal y como lo plantea (Cyrulnik, 2003) La adversidad es entonces el germen de la

resiliencia, el dolor es la semilla de la superación y los obstáculos son el incentivo al esfuerzo sostenido hacia una meta que caracteriza a las personas y familias resilientes.

## **Conclusiones y recomendaciones**

La presente investigación ha logrado cumplir con los objetivos planteados anteriormente, al lograr identificar los factores psicosociales asociados a la resiliencia en las madres cabeza de familia. Con base en la información obtenida en los instrumentos aplicados se lo logró identificar diferentes factores psicosociales que suman a los procesos resilientes, en el caso de las madres participantes de este estudio la familia es decir los hijos son un factor que las fortalece, también la espiritualidad como medio psíquico y emocional, todo forma un compendio o grupo de recursos que inciden en la resiliencia de las madres.

Añadido a esto se contempla como la resiliencia es un proceso estrictamente dinámico en donde el factor psicosocial sea de riesgo o no, aporta de una manera implícita al desarrollo de los procesos resilientes.

Se logró identificar como la familia y todo el entorno social forma una base sólida como apoyo para las personas que se encuentran situaciones de vulnerabilidad, como se planteó por medio de distintos autores en el desarrollo de esta investigación.

Se pudo establecer que las madres cabeza de familia tienen la capacidad de hacer de las adversidades, la fuerza que las motive, a través de sus hijos y los logros alcanzados por ellos, queriendo en todo momento el bienestar de ellos y sus familias.

Como se pudo constatar en los relatos obtenidos por las madres, consecuente a su rol de madre cabeza de familia dio paso para muchas oportunidades, como la realización profesional, la puesta en marcha de muchas de la cualidades que las hacen fuertes y la satisfacción de los logros que hasta el momento han obtenido haciendo uso de la autonomía, liderazgo, fortaleza, sentido de vida, entre otras.

Partiendo de lo anteriormente descrito cada factor psicosocial analizado en la presente investigación en su mayoría (80%) ha incidido de una manera tangible y favorable, para construir y continuar asumiendo su rol. Logrando así dar respuesta nuestra pregunta de investigación.

De igual manera se logró identificar la prevalencia de estrategias de afrontamientos en la madres cabeza de familia, como recursos internos que actúan de manera positiva a la hora de hacer frente al estrés y las situaciones desequilibrantes en sus vidas, se encontró que la espera, religión, reevaluación positiva, expresión de dificultad de afrontamiento, evitación cognitiva, apoyo social, evitación emocional son los recursos que más ponen en operación las madres para hacer frente a dicho malestar.

Se recomienda considerar la posibilidad de realizar la investigación con una población más amplia. Para afianzar los resultados obtenidos y que sean más significativos.

Informar los resultados obtenidos en estudio con las madres participantes para que tengan conocimiento de las características y factores resilientes que poseen y puedan potencializarlos.

Continuar con estudios en la resiliencia para aumentar los hallazgos en el tema, y contribuir a la diversidad de antecedentes en la temática.

Tener en cuenta por parte de los estudiantes y por medio de la universidad el fomento a las habilidades investigativas en el campo formativo, poniendo en práctica los conocimientos adquiridos en la formación académica dada la importancia de la investigación en la formación profesional.

## Referencias

- Aguilar, M. V. (2011). Factores psicosociales que promueven la resiliencia en los niños trabajadores del municipio de Roldanillo valle del cauca. Universidad de Manizales .
- Amar Amar, J J; Kotliarenko, M A; Abello Llanos, R; (2003). Factores psicosociales asociados con la resiliencia en niños colombianos víctimas de violencia intrafamiliar. *Investigación & Desarrollo*, 11() 162-197. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26811107>
- Amar, J. J., Utria, L. M., Abello, R., Martínez, M. B. & Crespo, F. A. (2014). Construcción de la Escala de Factores Personales de Resiliencia (FPR-1) en mujeres víctimas del desplazamiento forzado en Colombia. *Universitas Psychologica*, 13(3), 853-864. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-3.cefp>
- Athié Díaz, D A; Gallegos Orozco, P; (2009). Relación entre la Resiliencia y el Funcionamiento Familiar. *Psicología Iberoamericana*, 17() 5-14. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133912613002>
- Borda, O. F. (2017). La violencia en Colombia. *Entornos*, 29(2), 27-32
- Carlos Nava Quiroz, Patricia Ollua Méndez, Cynthia Zaira Vega Valero, Rocío Soria Trujano. (2010). Inventario de Estrategias de Afrontamiento: una replicación. *psicologia y salud*, 213-220.
- Colombia, C. d. (17 de julio de 2008). Ley Mujer Cabeza de Familia y se dictan otras disposiciones. LEY 1232 DE 2008. Bogotá.
- DANE. Censo general (2005).
- Garnezy, N (1985). Stress resistant children: The search for protective factors. En J.E
- Gómez, E, M. A. (2010). Resiliencia Familiar: un enfoque de. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 103-132.
- Iglesias, E. B. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 11(3), 125-146.
- Kotliarenko, M. A., Cáceres, I., & Fontecilla, M. (1997). *Estado de arte en resiliencia*. Organización Panamericana de la salud.
- María Amarís Macías, C. M. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estres psicologico. *Psicologia desde el caribe*, 124- 145.
- Maradiaga, J. M. (2014). Nuevas miradas sobre la resiliencia. En J. M.
- Myriam Rodríguez, M. L. (2011). Espiritualidad variable asociada a la resiliencia. *CUADERNOS HISPANOAMERICANOS DE PSICOLOGÍA*, Vol. 11 No. 2., 24-49.

- Montero Rojas, Eiliana, Villalobos Palma, Jeannette y Valverde Bermúdez, Astrid (2007). Factores institucionales, pedagógicos, psicosociales y sociodemográficos asociados al rendimiento académico en la Universidad de Costa Rica: un análisis multinivel. RELIEVE, v. 13, n. 2. Recuperado de: [http://www.uv.es/RELIEVE/v13n2/RELIEVEv13n2\\_5.htm](http://www.uv.es/RELIEVE/v13n2/RELIEVEv13n2_5.htm)
- Nora Helena Londoño, G. C.-A. (2006). Propiedades psicométricas y validación de la escala de estrategias de Coping modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. Medellín: Universidad de san buenaventura.
- Oriol-Bosch, A. (2012). Resiliencia. Educación médica, 77-78.
- Palomar Lever, J; Gómez Valdez, N E; (2010). Desarrollo de una escala de medición de la resiliencia con mexicanos (RESI-M). *Interdisciplinaria*, 27() 7-22. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18014748002>
- Pamela Crombie, M. J. (2015). Adaptacion de la escala de resiliencia de wagnild y young. Bogota : psicometria, Universidad de los Andes .
- Paucar, E. S. (2008). Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. Liberabit.
- Revista Legislación Económica N°:989, 16 De diciembre De 1993. Pg. 922 Recuperado de: [http://legal.legis.com.co/document?obra=legcol&document=legcol\\_7599204144eff034e0430a010151f034](http://legal.legis.com.co/document?obra=legcol&document=legcol_7599204144eff034e0430a010151f034)
- Roberto Hernández Sampieri, Carlos Fernández Collado, Pilar Baptista Lucio. (2006). Metodología de la investigacion. mexico. Recuperado de: [https://investigar1.files.wordpress.com/2010/05/1033525612-mtis\\_sampieri\\_unidad\\_1-1.pdf](https://investigar1.files.wordpress.com/2010/05/1033525612-mtis_sampieri_unidad_1-1.pdf)
- Romero, J. C. (2014). Factores de resiliencia en mujeres jefas de hogar víctimas de violencia. Universidad Rafael Landívar, 143.
- Rutter, M. (1987). Resiliencia psicosocial y mecanismos de protección. *Diario americano de Orthopsychiatry*
- Scharager, J., & Reyes, P. (2001). Muestreo no probabilístico. Metodología de la investigación para las ciencias sociales. Pontificia Universidad Católica de Chile. Santiago de Chile.
- Serrano, M. M. (2010). La entrevista.
- UNAD (2012). Modulo Psicosocial de Resiliencia. Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades.
- UNICEF Argentina, 1997 Recuperado de: [https://www.unicef.org/argentina/spanish/ar\\_insumos\\_PEMujeresjefashogar.pdf](https://www.unicef.org/argentina/spanish/ar_insumos_PEMujeresjefashogar.pdf)



Unicef. La niñez colombiana en cifras (2001) Recuperado de:  
<https://www.unicef.org/colombia/pdf/cifras.pdf>

Universidad de los Andes. (2016). Encuesta longitudinal colombiana (Elca). Recuperado de:  
<https://encuestalongitudinal.uniandes.edu.co/es/datos-elca/2016-ronda-3>

Wagnild G. y Young HM. (1993) ER  
<https://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/39013071-escaladeresilienciadewagnildyyoung>

Wagnild, G.M. & Young, H.M. (1993) Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. Journal of Nursing Measurement. Vol 1, pp165-178.

## Anexos

### Anexo 1

Consentimiento informado para la participación en la investigación

***Factores psicosociales asociados a la resiliencia en madres cabeza de familia residentes del barrio Ciudadela Comfenalco etapa tres de la ciudad de Ibagué.***

Ciudad:

Fecha:

Yo, \_\_\_\_\_, una vez informada sobre los propósitos, objetivos, procedimientos de intervención y evaluación que se llevarán a cabo en la investigación, y los posibles riesgos que se pueden generar en ella, autorizo a Laura Gutiérrez Campos y Lucy Fernanda Barrios, estudiantes del programa de Psicología de la Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades de la – ECSAH- Universidad Nacional Abierta y a Distancia, para aplicar los siguientes instrumentos.

1. Escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER)
2. Escala de Coping modificada (EEC-M)
3. Entrevista semiestructurada para resiliencia de mujeres madres cabeza de familia

Adicionalmente se me informó que:

Mi participación en esta investigación es completamente voluntaria, estoy en libertad de retirarme de ella en cualquier momento.

Acepto que la entrevista semiestructurada sea gravada en formato audio.

No recibiré beneficio económico de ninguna clase por la participación en este proyecto de investigación. Sin embargo, se espera que los resultados obtenidos permitan mejorar la calidad de vida de los participantes.

Toda la información obtenida y los resultados de la investigación serán tratados confidencialmente. Esta información será archivada en papel y medio electrónico. El archivo del estudio se guardará en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia bajo la responsabilidad de los investigadores.

Puesto que toda la información en este proyecto de investigación es llevada al anonimato, los resultados personales no pueden estar disponibles para terceras personas como empleadores, organizaciones gubernamentales, compañías de seguros u otras instituciones educativas.

Hago constar que el presente documento ha sido leído y entendido por mí en su integridad de manera libre y espontánea.

Firma: \_\_\_\_\_

Numero de documento: \_\_\_\_\_

## Anexos

### Anexo 2

*Entrevista semiestructurada para resiliencia en mujeres madre cabeza de familia, participantes en el proyecto de investigación Factores psicosociales asociados a la resiliencia en madres cabeza de familia residentes del barrio Ciudadela Comfenalco etapa tres de la ciudad de Ibagué.*

El siguiente instrumento y la información relacionada en el mismo será insumo para desarrollar la investigación cuyo objetivo general es identificar los factores asociados a la resiliencia en las madres cabeza de familia de la empresa Horneados La Quinta de la ciudad de Ibagué, por consiguiente, su participación en el estudio de suma importancia, la información suministrada es confidencial y solamente será utilizada con fines académicos para lograr los objetivos propuestos.

Agradecemos su tiempo y colaboración al aceptar ser parte de la presente investigación.

#### Datos generales:

Edad: \_\_\_\_\_

Sexo: \_\_\_\_\_

Estado civil: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Escolaridad:

Ocupación: \_\_\_\_\_

Número de hijos: \_\_\_\_\_

#### Área personal:

1. ¿tiene usted alguna creencia en especial?
2. ¿Usted cree que las situaciones difíciles le han ayudado a crecer como persona?
3. ¿Cuál cree que es al aprendizaje que le ha quedado de las situaciones difíciles que ha afrontado?
4. ¿Cómo persona que valores la caracterizan?
5. ¿Qué legado desearía dejar en sus hijos?
6. ¿Cuándo se le presenta una situación difícil o dolorosa, de qué manera recupera el control sobre si misma?
7. ¿Cuáles de sus características le ayuda para sobreponerse a adversidades?
8. ¿A la hora de expresar sus ideas, posturas o pensamientos como lo hace?

#### Área de rol

9. ¿Desde hace cuánto es madre cabeza de familia?
10. ¿Cómo fue el proceso a la hora de asumir el rol de madre cabeza de familia?

### **Anexos**

11. ¿Qué ha sido lo mejor de ser madre cabeza de familia?
12. ¿Qué ha sido lo más difícil que ha tenido que afrontar en su rol de madre cabeza de familia?
13. ¿Cuáles son sus metas y propósitos que se ha planteado?

### **Área familiar**

14. ¿Con que personas vive actualmente?
15. ¿Cómo es la interacción con las personas con las que convive?
16. ¿La vivienda es propia o rentada?
17. ¿Cuándo debe tomar decisiones en su familia como lo hace?
18. ¿Recibe algún apoyo o ayuda en el cuidado de sus hijos?
19. ¿De qué manera se hace cargo del sostenimiento de su familia?
20. ¿Recibe manutención o dinero de alguien, como apoyo económico?
21. ¿Realiza actividades de esparcimiento o recreativas con su familia?

### **Área social**

22. ¿Usted se considera una persona sociable?
23. De 1 a 100 dígame ¿Cuántos amigos tienen?
24. ¿Se le facilita o dificulta establecer amistades?
25. ¿Que caracterizan a sus amigos?
26. ¿Con que personas mantiene relaciones cercanas en la actualidad?
27. ¿se le facilita trabajar en equipo?

### **Área laboral**

28. ¿Qué experiencia laboral ha tenido?
29. ¿Cuánto tiempo lleva vinculada a la empresa en la que labora actualmente?
30. ¿En su trabajo actual es feliz?
31. ¿En su trabajo se le facilitan el tiempo para desempeñar su rol de madre cabeza de familia?
32. ¿Siente que en su trabajo comprende cuando se le presentan dificultades y están prestos a colaborar?
33. ¿A la hora de buscar empleo tiene en cuenta su rol de madre cabeza de familia?

## Anexos

### Anexo 3

#### ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG. (ER)

Por favor, marca con una X en cada pregunta según el grado de acuerdo o desacuerdo, con el que te sientes identificado/a en las siguientes afirmaciones. Recuerde que no hay respuestas correctas o incorrectas.

ITEMS		En desacuerdo                      En acuerdo						
1	Cuando hago planes sigo adelante con ellos.	1	2	3	4	5	6	7
2	Generalmente soluciono de una u otra manera.	1	2	3	4	5	6	7
3	Soy capaz de depender de mí mismo más que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7
4	Mantenerme interesado en las cosas es importante para mí.	1	2	3	4	5	6	7
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7	Normalmente tomo las cosas con calma.	1	2	3	4	5	6	7
8	Soy amigo de mi mismo.	1	2	3	4	5	6	7
9	Siento que puedo manejar muchas cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
10	Soy determinado.	1	2	3	4	5	6	7
11	Rara vez me pregunto cuál es el propósito de todo.	1	2	3	4	5	6	7
12	Toma las cosas un día a la vez.	1	2	3	4	5	6	7
13	Puedo pasar por momentos difíciles porque he pasado por dificultades antes.	1	2	3	4	5	6	7
14	Tengo autodisciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15	Me mantengo interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16	Generalmente encuentro algo porque sonreír.	1	2	3	4	5	6	7
17	Creer en mí, me ayuda a pasar por momentos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18	En una emergencia soy una persona en la que se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7
19	Por lo general puedo ver una situación de diferentes formas.	1	2	3	4	5	6	7

## Anexos

<b>20</b>	Algunas veces hago cosas, así no quiera.	1	2	3	4	5	6	7
<b>21</b>	Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7
<b>22</b>	No me detengo frente a las cosas en las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
<b>23</b>	Cuando estoy en una situación difícil normalmente encuentro una solución.	1	2	3	4	5	6	7
<b>24</b>	Tengo la energía suficiente para hacer lo que tengo que hacer.	1	2	3	4	5	6	7
<b>25</b>	Estoy bien si encuentro gente a la que no le agrado.	1	2	3	4	5	6	7

## Anexos

### Anexo 4

#### ESCALA DE COPING MODIFICADA (EEC-M)

Londoño N. H., Henao G. C., Puerta I. C., Posada S. L., Arango D., Aguirre, D. C.

A continuación se plantean diferentes formas que emplean las personas para afrontar los problemas o situaciones estresantes que se les presentan en la vida. Las formas de afrontamiento aquí descritas no son ni buenas ni malas, ni mejores o peores. Simplemente ciertas personas utilizan unas formas más que otras, dependiendo de la situación problema. Trate de recordar las diferentes situaciones o problemas más estresantes vividos durante los últimos años.

Por favor responda colocando el número correspondiente a la opción con la que más se identifique en la casilla de color gris según las indicaciones a continuación.

1	2	3	4	5	6
Nunca	Casi Nunca	A Veces	Frecuentemente	Casi Siempre	Siempre

PREGUNTA		RESPUESTA
1	Trato de comportarme como si nada hubiera pasado	
2	Me alejo del problema temporalmente (tomando unas vacaciones, descansado, etc.)	
3	Procuro no pensar en el problema	
4	Descargo mi mal humor con los demás	
5	Intento ver los aspectos positivos del problema	
6	Le cuento a familiares o amigos cómo me siento	
7	Procuro conocer mejor el problema con la ayuda de un profesional	
8	Asisto a la iglesia	
9	Espero que la solución llegue sola	
10	Trato de solucionar el problema siguiendo unos pasos concretos bien pensados	
11	Procuro guardar para mí los sentimientos	
12	Me comporto de forma hostil con los demás	
13	Intento sacar algo positivo del problema	
14	Pido consejo u orientación a algún pariente o amigo para poder afrontar mejor el problema	
15	Busco ayuda profesional para que me guíen y orienten	
16	Tengo fe en que puede ocurrir algún milagro	
17	Espero el momento oportuno para resolver el problema	
18	Pienso que con el paso del tiempo el problema se soluciona	
19	Establezco un plan de actuación y procuro llevarlo a cabo	
20	Procuro que los otros no se den cuenta de lo que siento	

## Anexos

21	Evado las conversaciones o temas que tiene que ver con el problema	
22	Expreso mi rabia sin calcular las consecuencias	
23	Pido a parientes o amigos que me ayuden a pensar acerca del problema	
24	Procuro hablar con personas responsables para encontrar una solución al problema	
25	Tengo fe en que Dios remedie la situación	
26	Pienso que hay un momento oportuno para analizar la situación	
27	No hago nada porque el tiempo todo lo dice	
28	Hago frente al problema poniendo en marcha varias soluciones	
29	Dejo que las cosas sigan su curso	
30	Trato de ocultar mi malestar	
31	Salgo al cine, a dar una vuelta, etc., para olvidarme del problema	
32	Evito pensar en el problema	
33	Me dejo llevar por mi mal humor	
34	Hablo con mis amigos o familiares para que me animen o tranquilicen cuando me encuentro mal	
35	Busco la ayuda de algún profesional para reducir mi ansiedad o malestar	
36	Rezo	
37	Hasta que no tenga claridad frente a la situación, no puedo darle la mejor solución a los problemas	
38	Pienso que lo mejor es esperar a ver qué puede pasar	
39	Pienso detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema	
40	Me resigno y dejo que las cosas pasen	
41	Inhibo mis propias emociones	
42	Busco actividades que me distraigan	
43	Niego que tengo problemas	
44	Me salgo de casillas	
45	Por más que quiera no soy capaz de expresar abiertamente lo que siento	
46	A pesar de la magnitud de la situación tiendo a sacar algo positivo	
47	Pido a algún amigo o familiar que me indique cuál sería el mejor camino a seguir	
48	Pido ayuda a algún médico o psicólogo para aliviar mi tensión	
49	Acudo a la iglesia para poner velas o rezar	
50	Considero que las cosas por sí solas se solucionan	
51	Analizo lo positivo y negativo de las diferentes alternativas	
52	Me es difícil relajarme	
53	Hago todo lo posible para ocultar mis sentimientos a los otros	
54	Me ocupo de muchas actividades para no pensar en el problema	
55	Así lo quiera, no soy capaz de llorar	
56	Tengo muy presente el dicho "al mal tiempo buena cara"	
57	Procuro que algún familiar o amigo me escuche cuando necesito manifestar mis sentimientos	
58	Intento conseguir más información sobre el problema acudiendo a profesionales	
59	Dejo todo en manos de dios	
60	Espero que las cosas se vayan dando	
61	Me es difícil pensar en posibles soluciones a mis problemas	
62	Trato de evitar mis emociones	



### Anexos

63	Dejo a un lado los problemas y pienso en otras cosas	
64	Trato de identificar las ventajas del problema	
65	considero que mis problemas los puedo solucionar sin la ayuda de los demás	
66	Pienso que no necesito la ayuda de nadie y menos de un profesional	
67	Busco tranquilizarme a través de la oración	
68	Frente a un problema, espero conocer bien la situación antes de actuar	
69	Dejo que pase el tiempo	

### Resumen Analítico Especializado (RAE)

<b>Tema</b>	FACTORES PSICOSOCIALES ASOCIADOS A LA RESILIENCIA EN MADRES CABEZA DE FAMILIA RESIDENTES DEL BARRIO CIUDADELA COMFENALCO ETAPA TRES DE LA CIUDAD DE IBAGUÉ.
<b>Autor</b>	Lucy Fernanda Barrios- Laura Lorena Gutiérrez Campos
<b>Año</b>	2017
<b>Resumen</b>	<p>Este artículo tiene como objetivo identificar los factores psicosociales asociados a la resiliencia en madres cabezas de familia residentes del barrio ciudadela Comfenalco etapa tres de la ciudad de Ibagué. La investigación fue de tipo descriptivo con enfoque cualitativo, para una muestra de 10 mujeres, madres cabeza de familia. Entre los instrumentos y técnicas de recolección que se usaron se encuentra: La Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M), entrevista semiestructurada, la escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER). Se encontró que los principales factores psicosociales asociados a la resiliencia en la población estudio fueron: Una familia con vínculos fuertes, un entorno social favorable como amigos y jefes entre otros, además de una espiritualidad activa y marcada. Es así como cada una de estos factores marca un fuerte pilar en los procesos de las participantes. Como se evidencio en la revisión bibliográfica.</p> <p>Se pudo establecer que las madres cabeza de familia tienen la capacidad de hacer de las adversidades la fuerza que las motive, a través de sus hijos y los logros alcanzados por ellos, queriendo en todo momento el bienestar de ellos y sus familias.</p> <p>Abstract</p> <p>This article aims to identify the psychosocial factors associated with the resilience in mothers heads of household neighborhood residents Ciudadela Comfenalco stage three in the city of Ibagué. The investigation was descriptive type with qualitative approach, for a sample of ten mothers head of household. Among the instruments and techniques of collection that were used is found: The Modified Coping Strategies Scale (SSC-M),</p>

	<p>semi-structured interview, Wagnild and Young's resilience scale (SR). It was found that the main psychosocial factors associated with resilience in the study population were: A family with strong ties, a favorable social environment like friends and bosses among others, in addition to an active and marked spirituality. This is how each of these factors marks a strong pillar in the processes of the participants. As evidenced in the literature review.</p> <p>It was possible to establish that mothers head of household have the ability to make adversities the force that motivates them, through their children and the achievements made by them, wanting at all times the well-being of themselves and their families.</p>
<b>Palabras clave</b>	Resiliencia, Factores Psicosociales, Madres Cabeza de Familia.
<b>Tipo documento</b>	Trabajo de grado – Monografía.
<b>Problema de la investigación</b>	<p>Inicialmente reconocer que la familia ha pasado por diferentes procesos de transición en los que en algunos casos la madre toma un papel diferente al que se ha enseñado tradicionalmente. Este rol es conocido como madre cabeza de familia, donde se debe reconocer el estado de vulnerabilidad de dicha población, ya que el esfuerzo a nivel económico, físico y psicológico que deben realizar para seguir adelante con su familia, es notablemente mayor, teniendo en cuenta existen un sin número situaciones desestabilizantes, como la violencia, el estrés familiar, el desplazamiento y la pobreza entre otros.</p> <p>La UNICEF plantea que Las mujeres jefas de familia y sus hogares constituyen sin duda un grupo social y económicamente vulnerable, que ha estado en crecimiento durante las últimas décadas. Es por esto que la madre debe desarrollar habilidades específicas para poder sobreponerse de los sucesos causantes de su condición. Entre este la resiliencia.</p> <p>En Colombia según cifras del DANE actualmente 24.953.862 de la población son mujeres, se estima en los datos obtenidos en la encuesta nacional de demografía y salud en el año 2010 que la tercera parte de mujeres que son madres en Colombia, son cabeza de familia, esta población va en incremento.</p> <p>Por lo tanto se planteó la siguiente pregunta problema a la que se dio respuesta con esta investigación:</p>

	¿Cuáles son los factores psicosociales asociados a la resiliencia en las madres cabezas de familia residentes del barrio Ciudadela Comfenalco etapa tres de la ciudad de Ibagué?
<b>Principales conceptos</b>	<p><b>Resiliencia:</b> La resiliencia es un proceso dinámico que abarca la adaptación positiva dentro del contexto de adversidad significativa, logrando un aprendizaje significativo de las situaciones adversas, poniendo en marcha una serie de características personales y del ambiente en el que se desarrolla la persona. Este fenómeno no es innato es la persona, se desarrolla a través de la experiencia y no siempre se ve reflejado en las situaciones de adversidad.</p> <p><b>Adversidad:</b> es una situación difícil de sobre llevar que puede generar una inestabilidad y desequilibrio.</p> <p><b>Factores psicosociales:</b> se comprende como la interacción de características del individuo y del medio ambiente en el cual se desarrolla, el resultado de esta interacción, sumado con la intensidad con la que se presente, puede generar efectos negativos que produzcan, estrés en la integridad biopsicosocial del individuo o por el contrario, tengan un efecto protector.</p> <p><b>Estrategias de afrontamiento:</b> características psicológicas que el individuo pone en práctica al momento de afrontar situaciones que lo desestabilicen o saque de su zona de confort. El uso de estas no siempre garantiza el éxito.</p> <p><b>Madres cabeza de familia:</b> este rol está presente principalmente en familias monoparentales, donde la mujer asume la jefatura del hogar por diferentes causas, teniendo la responsabilidad de sostener a su familia económica, emocional, afectiva y social a sus hijos y otras personas incapaces de velar por si solos.</p>
<b>Metodología</b>	<p><b>Enfoque:</b> cualitativo</p> <p><b>Tipo:</b> descriptivo</p> <p><b>Participantes:</b> la muestra está compuesta por 10 madres cabeza de familia residentes del barrio Ciudadela Comfenalco etapa tres de la ciudad de Ibagué.</p> <p><b>Técnicas e Instrumentos:</b> para la recolección de la información se empleó:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La entrevista semiestructurada que contara con preguntas abiertas con el objetivo obtener información referente a áreas como: Personal, familiar, de rol y laboral,</li> <li>• Inventario de estrategias de afrontamiento de Coping modificada (EEC-M)</li> <li>• Escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER)</li> </ul>
<b>Objetivo</b>	Identificar los factores psicosociales asociados a la resiliencia en madres cabezas de familia residentes del barrio ciudadela Comfenalco etapa tres de la ciudad de Ibagué
<b>Conclusiones</b>	<p>Se observó como la resiliencia es un proceso estrictamente dinámico en donde el factor psicosocial sea de riesgo o no, aporta de una manera implícita al desarrollo de los procesos resilientes.</p> <p>Se logró identificar como la familia y todo el entorno social forma una base sólida como apoyo para las personas que se encuentran situaciones de vulnerabilidad, como se planteó por medio de distintos autores en el desarrollo de esta investigación.</p> <p>Se pudo establecer que las madres cabeza de familia tienen la capacidad de hacer de las adversidades, la fuerza que las motive, a través de sus hijos y los logros alcanzados por ellos, queriendo en todo momento el bienestar de ellos y sus familias.</p>
<b>Fuentes</b>	<p>Aguilar, M. V. (2011). Factores psicosociales que promueven la resiliencia en los niños trabajadores del municipio de Roldanillo valle del cauca. Universidad de Manizales.</p> <p>Amar Amar, J J; Kotliarenko, M A; Abello Llanos, R; (2003). Factores psicosociales asociados con la resiliencia en niños colombianos víctimas de violencia intrafamiliar. Investigación &amp; Desarrollo, 11() 162-197. Recuperado de <a href="http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26811107">http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26811107</a></p> <p>Amar, J. J., Utria, L. M., Abello, R., Martínez, M. B. &amp; Crespo, F. A. (2014). Construcción de la Escala de Factores Personales de Resiliencia (FPR-1) en mujeres víctimas del desplazamiento forzado en Colombia. Universitas Psychologica, 13(3), 853-864. Recuperado de: <a href="http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-3.cefp">http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-3.cefp</a></p> <p>Athié Díaz, D A; Gallegos Orozco, P; (2009). Relación entre la Resiliencia y el Funcionamiento Familiar. Psicología</p>

	<p>Iberoamericana, 17() 5-14. Recuperado de <a href="http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133912613002">http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133912613002</a></p> <p>Carlos Nava Quiroz, Patricia Ollua Méndez, Cynthia Zaira Vega Valero, Rocío Soria Trujano. (2010). Inventario de Estrategias de Afrontamiento: una replicación. <i>psicología y salud</i>, 213-220.</p> <p>Colombia, C. d. (17 de julio de 2008). Ley Mujer Cabeza de Familia y se dictan otras disposiciones. LEY 1232 DE 2008. Bogotá.</p> <p>DANE. Censo general (2005).</p> <p>Garmezy, N (1985). Stress resistant children: The search for protective factors. En J.E</p> <p>Gómez, E, M. A. (2010). Resiliencia Familiar: un enfoque de. <i>Revista de Psicología de la Universidad de Chile</i>, 103-132.</p> <p>Iglesias, E. B. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. <i>Revista de psicopatología y psicología clínica</i>, 11(3), 125-146.</p> <p>Kotliarenco, M. A., Cáceres, I., &amp; Fontecilla, M. (1997). Estado de arte en resiliencia. Organización Panamericana de la salud.</p> <p>María Amarís Macías, C. M. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estres psicologico. <i>Psicologia desde el caribe</i>, 124- 145.</p> <p>Maradiaga, J. M. (2014). Nuevas miradas sobre la resiliencia. En J. M.</p> <p>Myriam Rodríguez, M. L. (2011). Espiritualidad variable asociada a la resiliencia. <i>CUADERNOS HISPANOAMERICANOS DE PSICOLOGÍA</i>, Vol. 11 No. 2., 24-49.</p> <p>Nora Helena Londoño, G. C.-A. (2006). Propiedades psicométricas y validación de la escala de estrategias de</p>
--	--

	<p>Coping modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. Medellín: Universidad de san buenaventura.</p> <p>Oriol-Bosch, A. (2012). Resiliencia. Educación médica, 77-78.</p> <p>Palomar Lever, J; Gómez Valdez, N E; (2010). Desarrollo de una escala de medición de la resiliencia con mexicanos (RESI-M). Interdisciplinaria, 27() 7-22. Recuperado de: <a href="http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18014748002">http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18014748002</a></p> <p>Pamela Crombie, M. J. (2015). Adaptacion de la escala de resiliencia de wagnild y young. Bogota : psicometria, Universidad de los Andes .</p> <p>Paucar, E. S. (2008). Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. Liberabit.</p> <p>Revista Legislación Económica N°:989, 16 De diciembre De 1993. Pg. 922 Recuperado de: <a href="http://legal.legis.com.co/document?obra=legcol&amp;document=legcol_7599204144eff034e0430a010151f034">http://legal.legis.com.co/document?obra=legcol&amp;document=legcol_7599204144eff034e0430a010151f034</a></p> <p>Roberto Hernández Sampieri, Carlos Fernández Collado, Pilar Baptista Lucio. (2006). Metodología de la investigacion. mexico. Recuperado de: <a href="https://investigar1.files.wordpress.com/2010/05/1033525612-mtis_sampieri_unidad_1-1.pdf">https://investigar1.files.wordpress.com/2010/05/1033525612-mtis_sampieri_unidad_1-1.pdf</a></p> <p>Romero, J. C. (2014). Factores de resiliencia en mujeres jefas de hogar víctimas de violencia. Universidad Rafael Landívar, 143.</p> <p>Rutter, M. (1987). Resiliencia psicosocial y mecanismos de protección. Diario americano de Orthopsychiatry</p> <p>Scharager, J., &amp; Reyes, P. (2001). Muestreo no probabilístico. Metodología de la investigación para las ciencias sociales. Pontificia Universidad Católica de Chile. Santiago de Chile.</p>
--	--

	<p>Serrano, M. M. (2010). La entrevista.</p> <p>UNAD (2012). Modulo Psicosocial de Resiliencia. Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades.</p> <p>© UNICEF Argentina, 1997 Recuperado de:  <a href="https://www.unicef.org/argentina/spanish/ar_insumos_PEMujeresjefashogar.pdf">https://www.unicef.org/argentina/spanish/ar_insumos_PEMujeresjefashogar.pdf</a></p> <p>Unicef. La niñez colombiana en cifras (2001) Recuperado de:  <a href="https://www.unicef.org/colombia/pdf/cifras.pdf">https://www.unicef.org/colombia/pdf/cifras.pdf</a></p> <p>Wagnild G. y Young HM. (1993) ER  <a href="https://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/39013071-escaladeresilienciadewagnildyyoung">https://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/39013071-escaladeresilienciadewagnildyyoung</a></p> <p>Wagnild, G.M. &amp; Young, H.M. (1993) Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. Journal of Nursing Measurement. Vol 1, pp165-178.</p>
<b>Autor del RAE-Fecha</b>	<p>Lucy Fernanda Barrios – Laura Gutiérrez Campos</p> <p>4 de septiembre 2017</p>